Kajian Teoritik dan Penelitian Empirik

Psikologi Islam sebagai sebuah paradigma psikologi yang berbasis wahyu ilahi diharapkan dapat memberikan implikasi bagi kehidupan dan peradaban manusia secara lebih nyata. Psikologi Islam diharapkan dapat menjelaskan seluruh lini kehidupan manusia secara lebih dalam dan universal. Oleh karena itu, upaya ilmiah harus terus dilakukan untuk memposisikan psikologi Islam sebagai paradigma psikologi yang dapat mencerahkan kehidupan manusia.

Buku ini berisi tentang berbagai upaya ilmiah pengembangan psikologi Islam baik pada tahap teoritik, empirik, maupun praktik. Buku ini berisi empat bahasan utama, yaitu: 1) "Psikologi Qur'ani: Konseptualisasi dan Implikasi"; 2) "Determinasi Ahlak terhadap Psikologis Manusia"; 3) "Psikoterapi dan Intervensi Psikologi Islam"; 4) Psikologi Islam dalam Dimensi Organisasi dan Kemasyarakatan". Empat bahasan utama tersebut ditulis oleh penggiat-penggiat psikologi Islam dari seluruh Indonesia dengan berbagai pendekatan.

Indonesia sebagai salah satu negara yang banyak menyumbang pengembangan psikologi Islam mencoba untuk merangkum dan memberi cerminan perkembangan psikologi Islam terkini. Di bawah naungan API (Asosiasi Psikologi Islam), buku ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan diskusi. Bahkan, butuh dikritisi secara konstruktif agar berjalannya pengembangan psikologi Islam secara berkelanjutan.

Dicetak dan didistribusikan oleh:

Distributor buku, Penerbit & Percetakan
THE BEST SOLUTION
0851-0052-3476 | 0857-2902-2165
istanaagency09@gmail.com | percetakanistana09@gmail.com
www.istanaagency.com

Arti Bumi Intaran
Jl. Mangkuyudan MJ III/216 Yogyakarta, 55143
Telp./Fax0274-380228
Email: artibumiintaran@gmail.com

ISBN 978-602-5963-89-6

KAJIAN TEORITIK
DAN PENELITIAN EMPIRIK

PSIKOLOGI ISLAM

KAJIAN TEORITIK DAN PENELITIAN EMPIRIK

Editor
Dr. Ahmad Rusdi, MA.Si.
Prof. Subandi, MA, Ph.D

ASOSIASI PSIKOLOGI ISLAM
API-HIMPSI

PSIKOLOGI ISLAM

Kajian Teoritik dan Penelitian Empirik

Editor
Dr. Ahmad Rusdi, MA.Si.
Prof. Subandi, MA, Ph.D

PSIKOLOGI ISLAM

Kajian Teoritik dan Penelitian Empirik

Editor
Dr. Ahmad Rusdi, MA.Si.
Prof. Subandi, MA, Ph.D

PSIKOLOGI ISLAM:
Kajian Teoritik dan Penelitian Empirik

Penyusun : Tim Asosiasi Psikologi Islam
Editor : Dr. Ahmad Rusdi, MA.Si.
Prof. Subandi, MA, Ph.D
Layout Isi : Ahmad Bahaudin
Desain Cover : Ahmad Bahaudin

Diterbitkan Oleh:
Asosiasi Psikologi Islam

bekerja sama dengan

Arti Bumi Intaran
Jl. Mangkuyudan MJ 3 No. 216 Yogyakarta 55143
Telp/Fax. (0274) 380228
Hp. 081804205694
E-mail: artibumiintaran@gmail.com

Dicetak oleh:
CV. ISTANA AGENCY
Istana Publishing
Jl. Nyi Adi Sari Gg. Dahlia I, Pilahan KG.I/722 RT 39/12
Rejowinangun-Kotagede-Yogyakarta
0851-0052-3476
istanaagency09@gmail.com
0857-2902-2165
istanaagency
istanaagency
www.istanaagency.com

Cetakan Pertama, Juli 2020
x + 566 halaman; 15,5 x 23 cm
ISBN : 978-602-5963-89-6

Kata Pengantar

Problematika manusia yang semakin kompleks menunjukkan bahwa psikologi yang berkembang saat ini belum cukup untuk mengatasi inti persoalan manusia. Perlu adanya upaya untuk memahami manusia secara lebih mengakar yang menjelaskan eksistensi manusia itu sendiri. Psikologi Islam menawarkan konsep manusia yang lebih eksistensial yang dianggap mampu mengatasi problematika manusia yang sebetulnya berakar pada masalah spiritual.

Harapan banyak orang bahwa psikologi Islam dapat menyelesaikan banyak persoalan manusia masih belum diimbangi dengan upaya pengembangan psikologi Islam itu sendiri secara lebih serius, sistematis, apalagi institusional. Padahal psikologi Islam seharusnya lebih dapat berkontribusi banyak di masyarakat secara lebih kongkrit dan signifikan.

Secara historis, psikologi Islam memiliki peranan penting pada peradaban manusia baik pada dimensi pengetahuan maupun kehidupan masyarakat. Saat itu psikologi Islam yang termanifestasi dalam karya-karya ulama klasik menjadi pegangan hidup manusia dalam upaya menjalani hidup dengan cara yang paling baik dan benar. Sama dengan berkembangnya psikologi

Islam saat ini, psikologi Islam pada masa itu juga mengalami Islamisasi psikologi dari peradaban sebelumnya. Keseriusan berbagai pihak pada saat itu membawa psikologi Islam menjadi ilmu yang penting dan implikatif di tengah masyarakat.

Psikologi Islam saat ini mengalami "Islamisasi kedua" yang membangun sebuah konsep integratif antara Islam (secara prinsip) dengan psikologi barat (secara teoritik). Ini menunjukkan bahwa Islam memiliki nilai keterbukaan berpikir dan adaptif. Permasalahannya saat ini, psikologi Islam belum menjadi ilmu yang implikatif.

Perubahan paradigma dari identitas menuju universalitas perlu ditegakkan untuk membawa psikologi Islam yang lebih implikatif. Pola pengembangan-pengembangan psikologi Islam yang menekankan identitas (ilmuwan muslim) telah beralih ke pola pengembangan indigenusitas (teori Islami untuk masyarakat muslim), dan diharapakan menuju pada pola pengembangan yang menekankan pada universalitas (*rahmah li al-'ālamīn*). Sehingga, Islam menjadi kata yang substantif untuk memahami manusia di manapun manusia itu berada. Upaya yang kongkrit adalah melaksanakan riset yang menghasilkan teori dan panduan praktis. Buku ini diharapkan menunjukkan gambaran terakhir perkembangan psikologi Islam dari teori sampai praktis pada berbagai bidang psikologi.

Yogyakarta, 12 Juli 2020
Editor

Ahmad Rusdi
Subandi

Daftar Isi

BAGIAN **SATU**

Psikologi Qurani: Konseptualisasi dan Implementasi

BAB 1

Pesan Qur'ani untuk Mengenali Diri

Agus Abdul Rahman
Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung
agus.abdulrahman@uinsgd.ac.id

Pendahuluan

Self (diri) merupakan bahasan yang sudah tua, baik bagi filsafat, agama, ataupun ilmu pengetahuan. Walaupun begitu, wacana mengenai diri manusia bukan berarti sudah selesai. Wacana mengenai diri manusia masih tetap menyisakan banyak misteri, dan membutuhkan kajian lebih lanjut.

Apa diri itu? Secara ilmiah, self sudah banyak didiskusikan, dan ada banyak pendapat tentangnya (Leary, McDonald, & Tangney, 2003). Secara umum, diri bisa didefinisikan sebagai entitas yang menyadari, mengalami, memberikan penilaian, dan mengendalikan sensasi, persepsi, perasaan, pikiran, motivasi, atau perilaku sendiri. *Self* juga yang bisa mengambil pelajaran dari pengalaman masa lalu (*past*), meregulasi perilaku saat ini (*present*), dan merencanakan perilaku di masa yang akan datang (*future*). Jadi, diri itu bukan pikiran, perasaan, atau kepribadian. *Self* justru yang mengalami, dan mengendalikan pikiran, perasaan, dan kepribadian.

Dalam Al-Qur'an, istilah yang paling sepadan dengan diri adalah an-nafs. An-nafs bisa dimaknai sebagai nyawa atau diri (Ibnu Ishak, dalam Baharuddin, 2004). Terdapat kurang lebih 268 ayat yang mengandung kata an-nafs dan derivasinya. Secara umum, ayat-ayat tersebut menunjuk pada makna diri (QS. Al-Baqarah, 9,44, dll.; Ali-Imran, 25, 38, 30, dll.; An-Nisa, 1, 4, 29, dll.; dan lain-lain). Ada beberapa istilah yang berhubungan dengan *an-nafs,* seperti *al-qalbu, ar-ruh, al-aqlu, al-lub, ash-shodru.* Namun, itu semua tiada lain elemen-elemen jiwa yang membantu dalam memerankan fungsi-fungsinya. Baharuddin (2004), menyebutkan bahwa *al qalb, ar-ruh, al aqlu* merupakan dimensi-dimensi yang diwadahi oleh *an-nafs.*

Mengenali diri

Mengenali diri merupakan sesuatu yang sangat penting. Saking pentingya, Al Qur'an memberikan pesan yang sangat jelas mengenai pentingnya upaya mengenali diri ini. Ada banyak ayat yang bercerita tentang asal usul manusia (QS. Ali-Imran, 59; Al-An'am, 2; Al-A'raf, 12; Al-Hijr, 26-29 & 33; Al-Isra, 61; Al-Kahfi, 37), tujuan dan misi kehidupan manusia (QS. Az-Zāriyāt, 56; Al-Ahjab, 72; Al-Baqarah: 30; Al-Anbiyā, 107; Ali-Imran, 104), kelebihan (QS. At-Tin, 4; Al-Mulk, 23; Al-Baqarah, 31; Ar-Rad, 11), dan kekurangan (QS. An-Nisa, 28; Al-Isra,11; An-Nahl, 4; Yunus, 12; Al-Ma'arij, 20; Al-Fushilat, 20; Al-Isra', 83, 100; Az-Zukhruf, 15; dan Al-Ahzab, 72), dan lain-lain. Ayat-ayat yang pertama kali diturunkan Allah SWT pun berhubungan dengan pesan Allah SWT. agar manusia mengenali dirinya (QS. Al-'Alaq, 1-5).

Dalam ilmu psikologi modern pun tidak jauh berbeda. Bahasan mengenai upaya memahami diri (persepsi diri), konsep

mengenai diri sendiri (konsep diri), dan bagaimana menyikapinya (harga diri) menjadi bahasan yang sangat penting dalam psikologi. Tokoh yang disebut-sebut sebagai *founding father*-nya psikologi modern di Amerika Serikat (Schultz & Schultz, 2011), William James sudah memperkenalkan teori mengenai diri bahkan sejak pertama kali ilmu psikologi didirikan. James menyampaikan ada diri yang berperan sebagai subjek (*I* atau *knower*), dan ada diri yang berperan sebagai objek (*me* atau *known*) (Pomerleau, 2016).

Perkataan Yahya bin Muadz Ar-Razi yang seringkali dikutip oleh banyak kalangan, bahwa "barangsiapa mengenal dirinya pasti akan mengenal Tuhannya" menunjukkan betapa pentingnya mengenal diri tersebut. Pernyataan tersebut mungkin merujuk pada apa yang disampaikan Allah dalam surat Fushshilat ayat 53, yaitu bahwa "Kami akan memperlihatkan kepada mereka ayat-ayat Kami di dunia dan di dalam diri mereka sendiri, hingga jelas bagi mereka bahwa Al Qur'an itu benar. Dalam manafsirkan kata "anfusikum" (diri mereka sendiri), Jalaluddin Al-Mahalli dan Jalaluddin As-Suyuti dalam tafsirnya "Jalalain" serta Ismail bin Katsir dalam tafsirnya sepakat bahwa ada tanda-tanda dalam diri manusia, baik bentuk, struktur, kandungan isi, dan keindahannya, yang jika dipelajari akan mengantarkan pada pengakuan bahwa Al Quran itu benar firman Allah SWT. Jika boleh menambahkan, jadi benar bahwa pemahaman terhadap tanda-tanda yang Allah SWT yang ada pada diri manusia, baik jasmaniahnya maupun rohaniyahnya, akan mengantarkan kepada pemahaman terhadap Allah SWT.

Selain dapat mengantarkan pada pemahaman terhadap Allah SWT., memahami diri penting karena beberapa alasan lainnya. **Pertama**, manusia mempunyai kebutuhan untuk memahami dan mengendalikan lingkungannya (Heider,

1958). Kebutuhan tersebut bersifat alamiah dan melekat pada eksistensi diri setiap manusia. Setiap manusia selalu berusaha memahami dan memaknai apa-apa yang masuk melalui indra dan dirasakannya sehingga ia dapat menentukan sikap dan perilaku apa yang paling positif bagi dirinya. Pemenuhan kebutuhan ini akan bermanfaat bagi keamanan dan kenyamaan manusia dalam menjalani kehidupannya. Dengan pemahaman yang baik terhadap lingkungannya, manusia akan mampu melakukan antisipasi dan mampu menunjukkan sikap dan perilaku yang dapat memaksimalkan kebaikan bagi dirinya sendiri, dan menghindarkan diri dari berbagai keburukan yang mungkin akan menimpanya.

Salah satu lingkungan yang sangat penting dan dekat bagi manusia adalah hal-hal yang melekat pada dirinya seperti jasad fisiknya, pikiran dan perasaannya, aspirasi, prestasi, dan capaian-capaiannya. James (dalam Viney & King, 2003) menyampaikan bahwa apapun yang dimiliki manusia seperti anak, harta, rumah, alat transportasi, dan lain-lainnya pun termasuk diri. Hal-hal yang melekat pada dirinya tersebut kemudian menjadi salah satu objek yang sangat penting untuk dikenali dan dipahami. Manusia selalu ingin tahu tentang apapun yang berhubungan dengan dirinya. Manusia ingin mengetahui asal-usulnya, tujuan hidupnya, karakteristik kepribadiannya, karakteristik fisiknya, kesehatan fisik dan psikologisnya, masalah-masalahnya, dan lain-lain.

Karenanya, tidak heran jika manusia kemudian menjadi sangat peka dan tertarik terhadap informasi apapun yang berhubungan dengan dirinya sendiri. Bukan hanya itu, Ia pun selalu berusaha menyimpan informasi tersebut dengan sangat baik, mengelolanya dengan sangat rapih, dan mengingatnya kembali dengan sangat cepat jika diperlukan. Klein dan Loftus (1988, dalam Baron & Byrne, 1997) membuktikan adanya *self-*

reference effect, yaitu manusia akan lebih efisien dalam mengelola informasi yang relevan dengan dirinya daripada informasi lainnya.

Kedua, pemahaman terhadap diri sendiri ini penting karena pengaruhnya yang sangat besar terhadap manajemen kesan dan bagaimana manusia mempresentasikan diri dalam lingkungan sosial, baik secara verbal maupun non verbal, secara sadar maupun tidak sadar. Manajemen kesan dan presentasi diri dipengaruhi oleh pemahaman terhadap diri sendiri. Menurut Carlston dan Mae (2003), manajemen kesan sebagiannya berlangsung secara sadar dan dengan niat yang jelas, sedangkan sebagiannya lagi berlangsung secara tidak sadar dan otomatis. Nah, motif yang mendasari manajemen kesan ini dipengaruhi oleh pemahaman diri. Brehm dan Kassin (1997) menyebutkan dua motif yang mendasari manajemen kesan, yaitu memastikan bahwa persepsi orang lain mengenai dirinya itu sesuai dengan pemahaman dirinya sendiri, dan atau untuk mendapatkan tujuan-tujuan instrumental tertentu, seperti untuk mendapatkan simpati, persetujuan, kekuasan, dan lain-lain.

Pemahaman diri tidak hanya berpengaruh terhadap manajemen kesan dan presentasi diri, tapi juga berpengaruh terhadap bagaimana memperlakukan dan diperlakukan orang lain. Perlakuan terhadap orang lain dipengaruhi oleh persepsi terhadap orang tersebut, dan persepsi terhadap orang tersebut dipengaruhi oleh persepsi terhadap dirinya sendiri (Krueger, Alicke, & Dunning, 2005). Krueger, Alicke, dan Dunning (2005) menjelaskan bahwa pemahaman terhadap diri sendiri ini bisa menjadi sumber informasi, standar evaluasi, dan standar moral dalam memahami dan memperlakukan orang lain.

Ketiga, pemahaman terhadap diri sendiri bisa berpengaruh baik terhadap kesehatan mental maupun fisik (Ali, Fang, & Rizzo, 2010; Goodwin & Olfson, 2002). Pemahaman terhadap diri sendiri merupakan mediator antara hubungan antara manusia dengan dunianya. Suatu pengalaman bisa berdampak negatif, netral, ataupun positif sebagiannya dijembatani oleh pemahamamnya terhadap dirinya sendiri. Allah SWT pun menunjukkan bahwa orang yang menganggap dirinya rendah cenderung mudah sedih dan lemah dalam bersikap (QS. Ali-'Imran, 139)

Pemahaman diri merupakan penilaian yang bersifat subjektif dan personal. Setiap orang memiliki pemahaman yang unik dan berbeda-beda mengenai dirinya sendiri. Ada yang memandang dirinya paling kaya seperti halnya Qorun dan mengaku bahwa kekayaan yang diperolehnya hanya karena kecakapannya (QS. Al-Qashash, 78); ada yang mengklaim dirinya sebagai tuhan yang maha tinggi seperti Firaun (QS. An-Nazi'at, 24); ada yang mengaku paling berhak terhadap surga (QS. Al-Baqarah, 111); dan lain-lainnya. Perbedaan individual dalam hal kemampuan inderawi, kecerdasan, kepribadian, pengalaman hidup, dan lingkungan berkontribusi besar pada subjektivitas pemahaman tersebut.

Namun demikian, pemahaman yang benar mengenai diri sendiri tetaplah harus diupayakan. Ada banyak metode yang bisa digunakan untuk memahami diri sendiri secara lebih baik. Brehm dan Kassim (1996) mengidentifikasi empat cara memahami diri, yaitu melalui instrospeksi, pengamatan terhadap perilaku sendiri, pengamatan terhadap pengaruh orang lain, dan ingatan autobiografis. Jangan seperti orang-orang yang diceritakan Allah SWT dalam surat Al-Baqarah ayat 80, yang mengklaim bahwa dirinya akan terhindar dari api neraka kecuali dalam beberapa

hari saja. Atau seperti orang kafir yang karena capaiannya dalam kehidupan dunia kemudian merasa tinggi, dan suka merendahkan orang-orang beriman (QS, Al Baqarah, 212).

Selain keempat cara yang sudah disebutkan, terdapat cara lain yang dapat mengantarkan manusia pada pemahaman yang benar mengenai dirinya sendiri. Cara tersebut adalah dengan kembali kepada firman Allah SWT., baik yang tertera dalam Al Quran ataupun melalui apa yang disampaikan oleh nabi Muhammad saw. Sebagai dzat yang menciptakan manusia, Allah SWT sudah memberikan petunjuk (baca: Al Qur'an) bagi manusia agar manusia hidup pada jalan yang benar. Dari petunjuk itulah, manusia bisa mempelajari tentang asal-usul, tujuan hidup, karakteristik positif ataupun negatif, faktor-faktor yang membuatnya bahagia, kesalahan berfikir, dan bagaimana caranya memandang dirinya sendiri.

Gambaran diri manusia dalam Al Quran

Berikut adalah ayat-ayat Al-Qur'an yang bisa menjadi petunjuk dalam rangka mengenal diri sendiri. Ada ayat yang berhubungan dengan asal usul penciptaan manusia; ada ayat yang berhubungan dengan misi dan tujuan penciptaan manusia; ada ayat tentang karakteristik manusia baik kelebihan ataupun kekurangannya; ada ayat yang berhubungan jalan menuju kebahagiaan haqiqi; dan lain-lain.

1. Asal-usul : Allah SWT. menjelaskan bahwa manusia diciptakan dari tanah (QS. Ali-Imran, 59; Al-An'am, 2; Al-A'raaf,12; Al-Hijr, 26) atau tanah liat (QS. Al-Hijr, 28-29, 33; Al-Israa, 61; Al-Kahfi, 37) atau saripati air yang hina atau air mani (QS. As-Sajdah, 8). Setelah itu, Allah SWT menyempurnakan ciptaan-Nya dan meniupkan

'ruh', serta memberikan pendengaran, penglihatan dan hati (QS. As-Sajdah, 9-10).

2. Tujuan dan misi hidup: Allah SWT menggambarkan bahwa setiap manusia diciptakan tiada lain untuk mengabdikan diri kepada Allah SWT. (QS. Az-Zāriyāt, 56), membawa misi sebagai khalifah di muka bumi (QS. Al-Ahzab, 72; QS. Al-Baqarah: 30), dan menebar rahmat ke semesta alam (QS. Al-Anbiyā, 107). Selain itu, Allah SWT pun memberikan tugas bagi manusia untuk selalu mengajak kepada kebaikan dan mencegah manusia dari keburukan (QS. Al Imran, 104). Jadi, hidup manusia bukan hanya untuk dirinya sendiri. Ada misi ilahiah yang harus ditunaikannya, dan dipertanggungjawabkannya di hari perhitungan (QS. Al-Isrā, 36; Al-Fuṣṣilat, 22).
3. Karakteristik positif dan negatif. Allah SWT. menggambarkan manusia sebagai makhluk yang memiliki kelebihan dibanding makhluk yang lainnya. Secara fisik manusia diciptakan dengan bentuk yang paling baik (QS. At-Tin, 4), berjenis kelamin laki-laki ataupun perempuan (QS. An-Nisa, 1); memiliki instrumen lengkap untuk memperoleh pengetahuan (QS. Al-Mulk, 23); mempunyai pengetahuan mengenai konsep-konsep (QS. Al Baqarah, 31), diberikan kebebasan untuk memilih tindakan (QS. Al-Kahfi, 29), dan kuasa untuk menentukan nasibnya sendiri (QS Ar Ra'd,11).

Selain itu, manusia digambarkan oleh Allah SWT. sebagai makhluk yang bukan hanya memiliki kelebihan, tapi juga memiliki kelemahan. Allah SWT berfirman bahwa manusia itu lemah (QS. An-nisa, 28), suka tergesa-gesa (QS. Al-Isra, 11),

suka membantah (QS. An-Nahl, 4), suka berlebih-lebihan dan menganggap dirinya paling benar (QS. Yunus, 12), Berkeluh kesah (QS. Al-Ma'arij, 20), suka berputus asa (QS. Fushshilat, 20; QS. Al-Isra', 83), kikir (QS. Al-Isra', 100), mengingkari nikmat (QS. Az-Zukhruf, 15), suka menganiayai dan bodoh (QS. Al-Ahzab, 72), memiliki ketertabatasan pengetahuan (QS Ar-Ruum, 6-7), tidak mampu menjangkau hal-hal yang berhubungan dengan ruh (QS Al-Israa, 85), terbuai dengan cinta terhadap materi (QS. Ali-Imran, 14), dan lain-lain

Menilai diri sendiri

Upaya yang dilakukan untuk lebih mengenal diri sendiri, pada akhirnya akan membentuk konsep diri. Awalnya, siapapun tidak memiliki konsep diri yang jelas. Namun seiring dengan waktu, hasil dari interaksi antara faktor biologis, pengalaman, dan pemrosesan kognitif, terbentuklah konsep diri (Tesser, 2002, seperti dikutif Michel & Morf, 2003). Semakin bertambah usia, maka konsep diripun semakin jelas dan solid.

Konsep diri memang terbentuk tidak sepenuhnya disadari. Tapi, hal itu bukan berarti bahwa konsep diri terbentuk tanpa peran diri. Michel dan Morf (2003) menyampaikan konsep diri sebagiannya merupakan hasil konstruksi. Harter (2003) menyampaikan bahwa konstruksi itu merupakan suatu proses yang tidak terelakan, sadar ataupun tidak disadari. Faktanya memang sejak dari proses atensi, sensasi, persepsi sampai dengan munculnya perilaku, ada banyak faktor personal dan sosial yang mengarahkan pada kecenderungan tertentu. Pelaku konstruksinya bisa diri sendiri (*self construction*) atau orang lain (*social cosntruction*). Jadi, manusia sebenarnya memiliki kuasa untuk membentuk konsep dirinya sendiri. Maka, ia tidak boleh

menyalahkan orang lain apalagi tuhan, atas konsep dirinya yang negatif

Karenanya, konsep diri tidak boleh dipandang sebagai proses yang sudah berakhir. Konsep diri bukan sesuatu yang jika sudah terbentuk tidak bisa berubah lagi. Yang benar justru bahwa konsep diri itu dinamis (Baumeister, 1998), dan bisa berubah kapanpun. Melalui proses konstruksi, baik yang disadari ataupun tidak disadari, konsep diri ini pasti mengalami perubahan.

Pada titik inilah, seorang muslim sebenarnya bisa mengarahkan bagaimana sebaiknya konsep dirinya terbentuk, dan bagaimana ia menyikapinya. Berdasarkan pesan ilahiyah, Quran dan As-Sunnah, ia bisa membentuk sesuai dengan kehendak Allah SWT. Seorang muslim yang benar-benar beriman hendaknya memiliki persepsi diri bahwa dirinya sebagai orang yang luhur (QS. Ali-Imran, 139), dan memiliki tanggung jawab terhadap diri dan lingkungannya (QS. Al-Baqarah, 30; Ali-Imran, 104).

Daftar Pustaka

Ali, M.M., Fang, H., & Rizzo, J.A, (2010). Body weight, self perception & mental health outcomes among adolescents. *Journal Mental Health Policy Econ, 13*(2), 53-63.

Baharuddin (2004). *Paradigma psikologi Islam: Studi tentang elemen psikologi dari Al-Quran*. Pustaka Pelajar. Yogjakarta.

Baron. R.A., & Byrne, D., (1997). *Social psychology*. Allyn & Bacon. USA

Brehm & Kassin, (1996). *Social psychology*. Houghton Mifflin Co. USA

Goodwin, R., & Olfson, M. (2002). Self perception of poor health & suicidal ideation in medical patients. *Psychological Medicine, 32*(7), 1293-1299

Krueger, J.I, Alicke, M.D, dan Dunning, D.A. (2005). *Self as source & constraint of social knowledge.* Psychology Press.Taylor & Francis Group

Leary, M.R. & Tangney, J.P. (2003). *The self as an organizing construct in the behavioral & social science.* In Leary, M.R. & Tangney, J.P. *H&book of self & Identity.* Guilford Press.

Pomerleau, W.P. (2016). William James. Dalam Internet Encyclopedia of Philosophy. Diunduh dari http://www.iep.utm.edu/James-o/

Schultz, D.P & Schultz, S.E. (2011). *A history of modern psychology,* Tenth Edition. Wadsworth. USA

Viney, W. & King, D.B. (2003). *History of psychology : Ideas & context.* USA: Pearson Education, Inc.

Model Psikoterapi Profetik Anti Korupsi Berdasar Kajian Tafsir Tematik Q.S.Ali-Imran [3] : 161-164

Ahmad Yasser Mansyur[1] & Sitti Syawaliyah Gismin[2]

[1] Pusat Studi Psikologi Islam (PSPI), Fakultas Psikologi UNM Makassar
[2]Dosen Psikologi Islam, Fakultas Psikologi UNIBOS Makassar
stsyawaliyah@gmail.com, ahmadyasser_masyur@yahoo.com

Pendahuluan

Bismillahirrahmanirrahim. Berawal dari Firman Allah SWT dalam Al-Qur›an surah Al-Ahzab ayat 72 berikut:

إِنَّا عَرَضْنَا ٱلْأَمَانَةَ عَلَى ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَٱلْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَن يَحْمِلْنَهَا
وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا ٱلْإِنسَٰنُ ۖ إِنَّهُۥ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا ﴿٧٢﴾

“Sesungguhnya Kami telah mengemukakan amanat (kepemimpinan) kepada langit, bumi dan gunung-gunung, maka semuanya enggan untuk memikul amanat itu dan mereka khawatir akan mengkhianatinya, dan dipikullah amanat itu oleh manusia.

Sesungguhnya manusia itu amat zalim dan amat bodoh" (QS. Al-Azab; 72, Mansyur, 2007).

Berdasar ayat QS. Al-Azab ayat 72, di atas, dapat dinyatakan bahwa kepemimpinan merupakan amanah Allah SWT yang berat, sehingga banyak dari manusia gagal memikul amanah tersebut. Kegagalan dalam memikul amanah itu terlihat dari maraknya perilaku korupsi dan berbagai macam bentuk penyimpangan keuangan lainnya. Penyimpangan perilaku pemimpin ini yang disebut oleh Allah SWT sebagai perilaku jahil dan bodoh. Kepemimpinan yang berada dipundak seseorang akan dipertanggung jawabkan, baik dalam kehidupan dunia maupun akhirat. Nabi Muhammad SAW secara jelas menyebutkan amanah kepemimpinan itu dalam satu sabdanya: "Setiap kamu adalah pemimpin dan dimintai tanggung jawab atas kepemimpinannya" (HR. Bukhori dalam Nawawi, t.th). Tugas kepemimpinan itu terasa berat jika manusia lalai memikulnya dan menggunakan amanah itu dengan cara yang menyimpang.

Agenda kepemimpinan bangsa Indonesia ke depan berada pada tahap baru. Euforia demokrasi kian menggema, dimana pilkada dan Pilpres yang telah diagendakan pada tahun 2018 dan 2019. Seiring dengan itu, saat ini citra para pemimpin bangsa ini dalam keadaan memprihatinkan. Bahkan kasus ini menjadi *The Real News* dalam beberapa bulan terakhir. Misalnya, setiap tahun banyak kasus korupsi yang tejadi di negeri ini dilakukan oleh pimpinan partai, anggota DPR, menteri, pegawai pajak, pegawai bank, dan beberapa pemimpin serta pegawai di daerah-daerah. Kasus itu menambah daftar hitam sejarah kepemimpinan bangsa ini. Menurut Ardisasmita (2006) korupsi, kolusi dan nepotisme paling banyak menjangkiti pengadaan barang/jasa pemerintah.

Moralitas merupakan salah satu pondasi utama untuk menata kehidupan ekonomi, sosial, politik ke arah lebih baik. Untuk itu diperlukan satu formula baru untuk menata karakter bangsa yang berlandaskan basis moral utuh yang terintegrasi dalam kehidupan pribadi (Mansyur, 2009). Permasalahan moralitas pemimpinan bangsa dan perilaku korup merupakan peluang mengembangkan model psikoterapi yang berbasis pada aspek ruhaniah manusia dan bersifat intrinsik, yakni psikoterapi profetik. Hal ini pula merupakan terobosan baru dalam dunia psikologi, psikoterapi, psikologi Islam, psikologi pendidikan dan Psikologi Manajemen SDM karena konsep itu belum banyak ditemukan dalam referensi dan belum menjadi model yang baku dalam mengatasi problem bangsa, terutama perilaku korup.

Motivasi tulisan itu didukung oleh pernyatataan DR. M. Syamsa Ardisasmita, DEA, Deputi Bidang Informasi dan Data KPK (2006) bahwa kesulitan utama implementasi sistem trasnsparansi adalah merubah budaya seseorang (merubah pola pikir dan perilaku), sedangkan teknologi tidak sulit. Kemudian didukung pula oleh pendapat Pakar Pendidikan, Arief Rahman (2012) yang mengatakan maraknya korupsi disebabkan satu di antaranya karena adanya pengabaian terhadap nilai-nilai agama dan norma-norma di masyarakat. Agama hanya dijadikan sebagai *community*, bukan afeksi. Tidak ada implementasi nilai-nilai agama atau norma-norma yang berlaku.

Menurut penulis, perlu dibangun konsep integrasi dalam mengatasi masalah korupsi di Indonesia melalui psikoterapi berbasis intrinsik dari nilai ruhaniah. Psikoterapi berbasis intrisnik yang dimaksud adalah nilai-nilai profetik yang terintegrasi dalam struktur kepribadian secara otonom dalam diri seseorang/peserta didik. Sumber psikoterapi profetik itu diambil dari menelaah

ayat-ayat Al-Qur'an yang memuat model psikoterapi profetik (psikoterapi bersifat kenabian) dengan pendekaatan tafsir maudhu`i (tematik). Dalam tafsir At-Tanwir (2016) dinyatkan bahwa tafsir tematik memperhatikan konteks. Penafsiran memperhatikan konteks, baik konteks tekstual, konteks historis dan konteks sosiologis. Karena itu ada pertimbangan *munasabah, asbab an-nuzuI,* dan relevansi dengan masa kini. Rencana peneliti akan mengkaji Al-Qur'an surah Ali-Imran ayat 161 sampai 164 yang di dalamnya terdapat konsep korupsi dan penanganannya.

Mengacu dasar tersebut, diperlukan kegiatan: 1) Menafsirkan secara tematik ayat pilihan yang berkaitan dengan konsep korupsi dan penanganannya, 2) Melakukan penyusunan model psikoterapi profetik anti korupsi sebagai alternatif utama dalam prevensi dan mengatasi perilaku korupsi untuk menata kembali kehidupan bangsa yang lebih baik. *InsyaAllah.* Oleh itu, tulisan ini bertujuan: 1). melakukan penafsiran secara tematik Al-Qur'an surah Ali-Imran ayat 161 sampai 164 sehingga didapatkan konsep korupsi dan penanganannya. 2). Dari hasil tafsir tematik itu disusun model psikoterapi profetik anti korupsi sebagai alternatif utama dalam mengatasi (prevensi dan rehabilitasi) perilaku korupsi. Secara khusus penelitian ini dirancang untuk menghasilkan model dan *prototype* berupa modul pelatihan psikoterapi profetik anti korupsi sebagai dasar pendidikan karakter bersifat intrinsik dan langkah mengatasi korupsi. Konsep ini dapat diterapkan pada lembaga pemerintah, orgnisasi swasta dan lembaga pendidikan yang diharapkan dapat membangun SDM yang jujur, berkualitas dan dapat meningkatkan kemakmuran bangsa.

Tafsir Tematik

Tafsir secara bahasa berasal dari kata *al-fasr* yang berarti menjelaskan, menyingkap dan menampakkan atau menerangkan makan yang abstrak. Kata kerjanya "fasara berarti menjelaskan. Kata at-tafsîr dan *al-fasr* mempunyai arti menjelaskan dan menyingkap yang tertutup. Tafsir tematik atau bahasa lainnya adalah. *Mauḍû'i.*

Mauḍû'i berasal dari kata وضع yang memiliki arti meletakkan sesuatu dan meletakkannya. Kata *Mauḍû'i* sendiri merupakan bentuk dari isim maf'ûl yang berasal dari kata kerja وضع yang mempunyai arti judul, tema dan topik. Menurut bahasa adalah وضع berarti menjadikan sesuatu lafadz sesuai pemaknaannya, Metode tafsir *Mauḍû'i* adalah metode yang membahas ayat-ayat Al-Qur'an yang sesuai dengan tema atau judul yang telah ditetapkan. Semua ayat yang berkaitan dihimpun kemudian dikaji secara mendalam dari berbagai aspek yang terkait dengannya, seperti *asbabun nuzul*, kosa kata dan sebagainya. Semua dijelaskan dengan rinci dan tuntas, dan didukung oleh dalil-dalil atau fakta-fakta yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, baik argumen yang berasal dari Al- Qur`an, hadits, maupun pemikiran rasional. Jadi, dalam metode ini, tafsir Al-Qur'an tidak dilakukan dengan menelusuri ayat demi ayat, tetapi mencoba mengkaji Al-Qur'an dengan mengambil sebuah tema khusus dari berbagai macam tema doktrinal, sosial dan kosmologis yang dibahas oleh Al- Qur`an.

Tafsir tematik memperhatikan konteks. Penafsiran selalu memperhatikan konteks, baik konteks tekstual, konteks historis dan konteks sosiologis. Karena itu ada pertimbangan *munasabah, asbab an-nuzuI,* dan relevansi dengan masa kini. Ketentuan penulisan tafsir dalam buku ini menggunakan panduan dan

kaidah yang digunakan pada buku Tafsir At-Tanwir. Tafsir At-Tanwir yang diterbitkan oleh Majelis Tarjih dan Tajdid Pimpinan Pusat Muhammadiyah menggunakan tiga pendekatan, yaitu bayani, burhani dan irfani. Artinya bahan-bahan yang digunakan dalam menganalisis berasal dari bahan-bahan bayani (seperti ayat, hadits, kaidah fiqhiyah, qaul ulama), bahan-bahan burhani (seperti: teori-teori ilmu yang relevan, data-data lapangan, dan pengalaman empiris) dan bahan-bahan irfani (seperti kejernihan hati, kedalaman batin, dan sensitivitas nurani para mufassir) (MTT PP Muhammadiyah, 2016). Berdasar pendekatan itu dapat disusun ketentuan penulisan tafsir dalam buku ini tidak sekedar mengulang kembali secara mentah hasil-hasil tafsir terdahulu, tetapi memberikan beberapa kontribusi baru dalam menjawab berbagai problem umat masa kini, seperti perilaku korupsi. Karenanya tafsir ini ditandai dengan beberapa karakteristik:

a. *Responsivitas.* Dalam tafsir ini diharapkan respons terhadap situasi konkret lebih ditonjolkan. Tafsir ini tidak hanya sekedar kumpulan dan kliping terhadap tafsir-tafsir yang sudah ada, melainkan diupayakan sebagai pencerminan dari dialog dan pergulatan dengan persoalan konkret yang sedang berkembang.
b. *Membangkitkan dinamika.* Uraian tafsir tidak hanya sekedar menyajikan petunjuk-petunjuk kehidupan secara normatif, meskipun ini sangat penting dan tidak boleh diabaikan, tetapi juga berisi gagasan-gagasan dan pikiran yang dapat menjadi inspirasi bertindak kepada pembacanya dan sumber motivasi berbuat dalam membangun kehidupan masyarakat yang lebih baik. Karena itu dimensi kedalaman ruhani, sensitivitas nurani dan kesadaran kalbu yang dijalin dengan rasionalitas pemikiran menjadi titik sasar penting dalam kupasan tafsir.

c. *Membangkitkan etos.* Tafsir ini dapat membangkitkan etos yang sangat penting dalam mendorong kehidupan masyarakat dalam membangun diri dan melampaui ketertinggalannya. *Pertama,* etos ibadah, berupa pembaruan nilai-nilai ibadah yang tidak sekedar mekanis-ritualis yang berujung pada kesalehan individual semata, melainkan mampu melahirkan tindakan praktis dalam bingkai kesalehan sosial. Ibadah, selain sebagai wujud penghambaan diri kepada Allah SWT juga harus dapat memberi pengaruh positif yang riil dalam masyarakat, seperti halnya pernah dicontohkan oleh KHA Dahlan dengan konsep teologi amal dengan spirit *al-Ma'un. Kedua,* etos ekonomi, termasuk di dalamnya etos kerja, perlu mendapat penekanan di mana ada kesempatan untuk menguraikannya. Konsep-konsep semangat kerja, disiplin, tepat waktu, orientasi hasil, hemat walau tidak kikir, kerjasama, selalu meningkatkan keterampilan dalam melaksanakan pekerjaan, tanggung jawab, senantiasa menjadi fokus perhatian dalam tafsir. Tentu saja hal itu dikemukakan pada saat menafsirkan ayat yang relevan. *Ketiga,* etos sosial berupa solidaritas, persaudaraan, toleransi, demokrasi, orientasi kepentingan bersama, kesadaran lingkungan baik sosial maupun fisik, penghargaan kepada orang lain, pengendalian diri, kepedulian sosial, semangat berkorban di jalan Allah, untuk menyebut beberapa saja sebagai contoh menjadi perhatian dan fokus kupasan tafsir. Termasuk ke dalam pengembangan etos sosial adalah etos pengelolaan organisasi berupa kemampuan menarik partisipasi masyarakat, amanah, transparansi, keadilan, akuntabilitas, visioner dan seterusnya. *Keempat,* etos keilmuan perlu mendapat perhatian sesuai dengan semangat agama Islam

sendiri yang meninggikan derajat orang-orang beriman dan berilmu. Tafsir diarahkan kepada upaya memberi dorongan kepada pembaca untuk menyadari arti penting ilmu dan pengetahuan serta dorongan untuk menguasai *science* dan teknologi bagi kepentingan pengembangan dan pemberdayaan masyarakat. Titik tolak pemikirannya adalah kebangkitan umat tidak mungkin terjadi tanpa perjuangan keras untuk menguasai ilmu dan teknologi. Etos keilmuan yang dikembangkan dalam tafsir ini adalah psikologi-konseling, psikoterapi, psikologi Islam, psikologi pendidikan dan Psikologi Manajemen SDM.

Adapun yang akan ditafsirkan dengan pendekatan tematik adalah Q.S. Ali-Imran [3]: 161-164. Ayat 161-164 mengangkat materi keluhuran akhlak Rasulullah SAW pascaperang Badar yang berisi kejujuran yang diperkuat oleh jaminan dari Allah SWT dan tugas kerisalahannya. Di dalam ayat tersebut mengandung konsep korupsi (*ghulul*) dan modalitas psikoterapi profetik dalam mengatasi perilaku korup berupa metode tilawah, tazkyah dan taklim.

Model psikoterapi profetik adalah konsep psikoterapi bersifat kenabian, yang nilai-nilainya disandarkan pada nabi Muhammad SAW dan bersumber dari Q.S. Ali-Imran [3]: 161-164 untuk mengatasi perilaku korup. Psikoterapi profetik merupakan terapi mental Islam dan juga merupakan psikoterapi religius yang nilainya diambil dari keteladanan nabi Muhammad SAW. Agama membuat manusia hidup bermakna, bertujuan dan mempunyai panduan. Dengan agama, orang akan berpikir positif, mempunyai kendali dan harga diri, serta mempunyai metode pemecahan masalah spesifik yang memperbaiki daya tahan mental. Psikoterapi secara etimologis mempunyai arti sederhana, yakni

“psyche” yang diartikan sebagai jiwadan “theraphy” dari bahasa yunani yang berarti merawat atau mengasuh. Psikoterapi dalam kamus besar bahasa Indonesia adalah suatu cara pengobatan dengan mempergunakan pengaruh (kekuatan batin) dokter atas jiwa (rohani) penderita, dengan cara tidak mempergunakan obat-obatan, tetapi dengan metode sugesti, nasihat, hiburan, hipnosis, dan sebagainya (https://kbbi.web.id/, 2018).

Psikoterapi disebut sebagai pengobatan, karena merupakan suatu bentuk intervensi, dengan berbagai macam cara dan metode yang bersifat psikologik untuk menangani pasien yang mengalami penyakit ruhani, gangguan psikis atau hambatan kepribadian. Usman Najati (1985) memandang, prikoterapi berusaha merubah atau merombak kepribadian atau tingkah laku seseorang, dengan merubah fikiran dan kecenderungannya. Dalam hal ini, psikoterapi berusaha meluruskan pikiran-pikiran si pasien dan menjadikannya mempunyai wawasan tentang dirinya sendiri, orang lain dan problem-problemnya dengan wawasan yang realis tis dan benar menghadapi problem-problemnya dan bukannya menghindarinya, dan berusaha memecahkannya.

Al-Qur`an dan Hadist merupakan panduan hidup manusia dalam mengarungi samudera kehidupan. Dalam kehidupan tersebut tak jarang manusia mengalami problematika yang dapat membuat hidupnya menjadi sakit dan tak berdaya. Psikoterapi yang ditawarkan oleh Al-Qur’an dan Hadist bukan sekedar teoretis belaka. Namun dapat juga bersifat aplikatif hingga dapat diterapkan guna membantu manusia dalam menyembuhkan segala penyakit dalam dirinya, baik secara psikis maupun secara fisik. Al-Qur’an dan Hadist memuat metode konseling dan psikoterapi, yang mencakup keteladanan, nasihat, akal, pemikiran dan model terapi lainnya (Az-Zahrani,2005: 7-14).

Tafsir Tematik Al-Qur’an Surah Ali-Imran Ayat 161 Sampai 164 Yang Berkaitan Dengan Konsep Korupsi Dan Penanganannya

وَمَا كَانَ لِنَبِيٍّ أَن يَغُلَّۚ وَمَن يَغۡلُلۡ يَأۡتِ بِمَا غَلَّ يَوۡمَ ٱلۡقِيَٰمَةِۚ ثُمَّ تُوَفَّىٰ
كُلُّ نَفۡسٖ مَّا كَسَبَتۡ وَهُمۡ لَا يُظۡلَمُونَ ١٦١ أَفَمَنِ ٱتَّبَعَ رِضۡوَٰنَ ٱللَّهِ كَمَنۢ
بَآءَ بِسَخَطٖ مِّنَ ٱللَّهِ وَمَأۡوَىٰهُ جَهَنَّمُۖ وَبِئۡسَ ٱلۡمَصِيرُ ١٦٢ هُمۡ دَرَجَٰتٌ
عِندَ ٱللَّهِۗ وَٱللَّهُ بَصِيرُۢ بِمَا يَعۡمَلُونَ ١٦٣ لَقَدۡ مَنَّ ٱللَّهُ عَلَى ٱلۡمُؤۡمِنِينَ إِذۡ
بَعَثَ فِيهِمۡ رَسُولٗا مِّنۡ أَنفُسِهِمۡ يَتۡلُواْ عَلَيۡهِمۡ ءَايَٰتِهِۦ وَيُزَكِّيهِمۡ
وَيُعَلِّمُهُمُ ٱلۡكِتَٰبَ وَٱلۡحِكۡمَةَ وَإِن كَانُواْ مِن قَبۡلُ لَفِي ضَلَٰلٖ مُّبِينٍ

Terjemah

161. Tidak mungkin seorang nabi berkhianat dalam urusan harta rampasan perang. Barangsiapa yang berkhianat dalam urusan rampasan perang itu, maka pada hari kiamat ia akan datang membawa apa yang dikhianatkannya itu; kemudian tiap-tiap diri akan diberi pembalasan tentang apa yang ia kerjakan dengan (pembalasan) setimpal, sedang mereka tidak dianiaya.

162. Apakah orang yang mengikuti keridhaan Allah, sama dengan orang yang kembali membawa kemurkaan (yang besar) dari Allah dan tempatnya adalah jahannam?

163. Dan itulah seburuk-buruk tempat kembali, kedudukan mereka itu bertingkat-tingkat di sisi Allah, dan Allah Maha Melihat apa yang mereka kerjakan.

164. Sungguh Allah telah memberi karunia kepada orang-orang yang beriman ketika Allah mengutus diantara mereka seorang rasul dari golongan mereka sendiri, yang membacakan kepada mereka ayat-ayat Allah, membersihkan (jiwa) mereka, dan mengajarkan kepada mereka Al Kitab dan Al Hikmah. Dan sesungguhnya sebelum (kedatangan Nabi) itu, mereka adalah benar-benar dalam kesesatan yang nyata.

Tafsir

Sebelumnya, dalam QS. Ali-Imran ayat 159 hingga 160 menggambarkan keluhuran akhlak Rasulullah SAW pasca perang Uhud, yang berkaitan dengan regulasi emosi dan prinsip tawakkal. Selanjutnya dalam QS. Ali-Imran ayat 161-164 secara khusus menjelaskan keluhuran akhlak Rasulullah SAW pasca perang Badar berisi kejujuran yang diperkuat oleh jaminan dari Allah SWT dan tugas kerisalahannya. Terdapat hubungan ayat 160 dengan 161. Dalam ayat 160 menegaskan bahwa jika Allah SWT memberi pertolongan kepada mukmin, maka siapapun tidak akan ada yang mampu mengalahkannya. Namun demikian, semua pertolongan itu diberikan Allah SWT ada alasannya. Jika ingin memperoleh pertolongan Allah SWT hendaklah berlaku jujur dan menjaga amanah. Ayat 161 ini menunjukkan kepribadian profetik yang konsisten menjaga amanah dan tidak pernah berkhianat.

Secara historis, ayat 161, 162 dan 163 ini turun sebagai penegasan dari Allah SWT bahwa Rasulullah SAW tidak mungkin mengambil atau menyembunyikan harta milik umum untuk kepentingan pribadi (korupsi). Ayat 161 sangat jelas mengandung bantahan terhadap prasangka buruk yang tidak berdasar fakta oleh orang munafiq kepada Rasulullah SAW. Ayat ini pula telah membersihkan diri Nabi Muhammad SAW (Tafsir Ibnu Katsir, 2016) dari fitnah perilaku menyimpang.

Allah SWT berfirman: *Tidak mungkin seorang nabi berkhianat dalam urusan harta rampasan perang. Barangsiapa yang berkhianat dalam urusan rampasan perang itu, maka pada hari kiamat ia akan datang membawa apa yang dikhianatkannya itu; kemudian tiap-tiap diri akan diberi pembalasan tentang apa yang ia kerjakan dengan (pembalasan) setimpal, sedang mereka tidak dianiaya.* Ibnu Abbas ra berkata ayat 161 itu turun ketika topi merah hilang setelah perang Badar, lantas sebagian orang berkata: mungkin Rasulullah mengambilnya, lalu Allah SWT menurunkan ayat: *Tidak mungkin seorang nabi berkhianat* (Zuhaili,dkk.,2009). Pendapat yang kuat menyatakan bahwa *ghanimah* yang hilang pada perang Badar berupa قطيفة حمرى (sehelai permadani merah) berada di tangan Rasul SAW sebelum dibagikan (HR Abu Daud dalam IIQ Jakarta, 2013). Nabi Muhammad SAW tidak mungkin berbuat *ghulûl*, khianat atau melakukan tindak korupsi. Allah SWT telah menjaga para nabi dari perbuatan tercela (ma'shum), Oleh itu Rasulullah SAW memiliki kedudukan yang tinggi dan berakhlak terpuji.

Ayal 161 itu senada dengan surah al-Anfaal [8]: 67 : *Tidak patut, bagi seorang Nabi mempunyai tawanan sebelum ia dapat melumpuhkan musuhnya di muka bumi. Kamu menghendaki harta benda duniawiyah sedangkan Allah menghendaki (pahala) akhirat (untukmu). Dan Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana* (Yaasir, 2007). Oleh karena itu tidak pantas bagi siapapun menyangka seorang nabi berbuat menyimpang termasuk korupsi. Meskipun beberapa kaum muslimin melihat ketulusan dan kesuciannya, namun masih ada yang meragukan kejujuran Rasulullah SAW. Beberapa kaum muslimin ada yang memiliki prasangka negatif. Munculnya prasangka ini berhubungan dengan kualitas keimanan dan kuatnya pengaruh nafsu terhadap materi (dunia). Dengan adanya prasangka itu, Nabi Muhammad SAW sebagai pemimpin yang mempunyai kepribadian profetik lantas tidak membuatnya

menjadi putus asa. Malah sebaliknya, beliau tetap melakukan tugas dan misi kerasulannya sebagaimana dalam ayat 164.

Ayat 161 di atas menggunakan istilah *Ghulul* dalam mengungkapkan perilaku korupsi. Di beberapa referensi tafsir, termasuk dalam buku buku Fikih Antikorupsi: Perspektif Ulama Muhammadiyah (2006), Pengertian *ghulûl* diarahkan pada perilaku korup. *Ghulûl* mengandung arti menyembunyikan harta milik umum, untuk kepentingan pribadi. Pengertian *ghulul* tersebut sesuai dengan hadits Rasulullah Muhammad SAW berikut*: Telah menceritakan kepada kami Ishaq bin Ibrahim telah menceritakan kepada kami Wahib bin Jarir bin Hazim dari Abu Labid dari Abdurrahman bin Samurah, ia berkata; Rasulullah SAW melarang korupsi. Abu Muhammad berkata; ini berlaku ketika dalam peperangan, yaitu ketika mereka mendapatkan rampasan perang sebelum dibagikan* (HR Darimi, nomor 1911 dalam Ensiklopedi hadits: kitab Sembilan imam, tth). Istilah korupsi berasal dari bahasa latin *corruptio* atau *corruptus* yang bermakna merusak, tidak jujur, memutarbalik, dapat disuap (Majelis Tarjih dan Tajdid PP Muhammadiyah, 2006). Perkataan غُلُولٍ berasal dari – غَلَّ – يَغُلُ غُلُولا – غِلاًّ mengandung arti "masuk atau memasukkan" , غَلَّ juga berarti خَانَ "berkhianat' (Munawir,1984). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), korupsi adalah penyelewengan atau penyalahgunaan uang negara (perusahaan dan sebagainya) untuk keuntungan pribadi atau orang lain (KBBI, 2018). Pengertian korupsi dalam UU No.31 Tahun 1999 yaitu setiap orang yang dengan sengaja secara melawan hukum untuk melakukan perbuatan dengan tujuan memperkaya diri sendiri atau orang lain atau suatu korporasi yang mengakibatkan kerugian keuangan negara atau perekonomian Negara (https://www.kpk.go.id, 2018). Korupsi merupakan perilaku menyalahgunakan kewenangan, jabatan, atau amanah dengan melawan hukum

untuk memperoleh keuntungan atau manfaat pribadi atau kelompok tertentu yang dapat merugikan kepentingan umum (Majelis Tarjih dan Tajdid PP Muhammadiyah, 2006). Berdasar pengertian tersebut, dinyatakan seseorang dapat disebut berperilaku *Ghulul* apabila mengambil sesuatu dengan sembunyi-sembunyi atau menyembunyikan harta untuk kepentingan pribadi. Dengan kata lain segala macam bentuk pangambilan dan peyimpangan harta, seperti korupsi, manipulasi dan mencuri termasuk perbuatan *ghulûl.*

Secara umum, mengambil barang atau sesuatu dengan sembunyi-sembunyi (korupsi) banyak dilakukan oleh pemimpin, karena dengan jabatan dan kekuasaannya itu menjadikan peluang penyimpangan terbuka luas. Kemudian, menurut KPK maraknya perilaku tindak korupsi di Indonesia saat ini ditengarai disebabkan tingginya (mahalnya) biaya dalam proses politik dan kampanye ketika masa pemelihan calon kepala daerah dan calon anggota legislatif. Korupsi, kolusi dan nepotisme paling banyak menjangkiti pengadaan barang/jasa pemerintah (Mansyur,2013)**. S**aat ini citra para pemimpin bangsa ini dalam keadaan memprihatinkan. Banyak kasus korupsi yang tejadi di negeri ini dilakukan oleh anggota dewan, pegawai pajak, pegawai bank, dan beberapa pemimpin serta pegawai di daerah-daerah. Kasus itu menambah daftar hitam sejarah kepemimpinan bangsa ini. Perilaku menyimpang oleh pemimpin itulah yang disinggug oleh Allah SWT sebagai manusia yang berbuat jahil dan bodoh dalam memikul amanah. Sebagaimana dalam Q.S. Al-Azab [33]: 72 dinyatakan: *Sesungguhnya Kami telah mengemukakan amanat (kepemimpinan) kepada langit, bumi dan gunung-gunung, maka semuanya enggan untuk memikul amanat itu dan mereka khawatir akan mengkhianatinya, dan dipikullah amanat itu oleh manusia. Sesungguhnya manusia itu amat zalim dan amat bodoh"*

Selain ayat 161 sebagai sanggahan dari Allah SWT bahwa Rasulullah SAW tidak mungkin mengambil atau menyembunyikan harta milik umum, ayat 161 dan juga ayat 162-163 berisi penegasan tentang ganjaran dan dampak bagi orang-orang yang berlaku korup. Dalam ayat 161 yang terjemahannya: '*Barangsiapa yang berkhianat dalam urusan rampasan perang itu, maka pada hari kiamat ia akan datang membawa apa yang dikhianatkannya itu; kemudian tiap-tiap diri akan diberi pembalasan tentang apa yang ia kerjakan dengan (pembalasan) setimpal, sedang mereka tidak dianiaya.*" itu selanjutnya dijelaskan pada ayat 162-163. Pelaku *ghulul* tidak hanya merasakan derita di akhirat kelak, tapi juga akan dirasakan di dunia. Allah SWT menegaskan bahwa pelaku korup akan mendapatkan ganjaran setimpal dan kelak pada hari kiamat akan datang membawa materi (benda-benda) yang telah dikorupsinya degan cara memikul di atas pundaknya (Tafsir Jalalain, Az-Zikr, Versi Android, 2010). *P*erilaku korup akan mendapatkan *murka dari Allah dan tempat yang sangat buruk yaitu neraka jahannam.* Kalimat وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ *sedang mereka tidak dianiaya* bermaksud tidak ada manusia yang dizdalimi atau dirugikan pada hari kiamat, karena pahala maupun siksa sesuai dengan amal perbuatannya. Setiap individu memperoleh balasan yang adil, tanpa kurang tiada lebih. *Ganjaran setimpal bermaksud pula adanya kedudukan pelaku ghulul (korup) itu bertingkat-tingkat di sisi Allah sesuai kualitas amal masing-masing. Hal itu sesuai dengan Al-Qur'an surah al-Baqarah [2]: 281: peliharalah dirimu dari (azab yang terjadi pada) hari yang pada waktu itu kamu semua dikembalikan kepada Allah. Kemudian masing-masing diri diberi balasan yang sempurna terhadap apa yang telah dikerjakannya, sedang mereka sedikitpun tidak dianiaya (dirugikan).*

*Ada kesamaan p*enegasan ganjaran dan dampak di akhirat bagi pelaku *ghulul* terlihat *dalam tiga ayat di atas (*161, 162 dan 163).

Hal ini mengandung makna mendalam dan *menjadi perhatian bagi kaum muslimin untuk menghindari perilaku ghulul. Disamping akan mendatangkan ganjaran di akhirat, perbuatan ghulul juga dapat berdampak negatif pada kehidupan dunia sebagai berikut:*

1. *Mendatangkan mudhorat secara fisik dan psikis.* Seseorang yang mengkonsumsi makanan atau menggunakannya dalam memenuhi kebutuhan dari hasil perbuatan haram akan membawa dampak negatif pada fisik dan psikisnya. Dampak negatif akan terlihat dari fungsi psikis (kognitif, afeksi dan psikomotor) pelaku korup yang bermuara pada penyimpangan perilaku (psikopatologi). Hal ini dapat terlihat dari ekpsresi wajah tampak mengalami tekanan hidup (stress, cemas, depresi), terjadi penurunan pada produktivitas kerja, keluarga mengalami banyak problem, serta pada ucapan dan perilaku yang inkonsisten dan tidak dapat dipercaya. Selain itu tidak terintegrasinya fungsi psikis dengan kepribadian sehingga ada dari perilakunya tidak disadari, seperti perilaku psikopat.

   Secara psikologis, korupsi merupakan bagian dari bentuk penyimpangan perilaku. Hal ini didukung oleh Hanafi (Mansyur,2013) yang menyatakan bahwa korupsi merupakan perilaku pejabat publik yang menyimpang dari norma-norma yang diterima oleh masyarakat, dan perilaku menyimpang ini ditujukan dalam rangka memenuhi kepentingan pribadi. Korupsi merupakan bentuk lain dari mental psikopat. Kemudian dalam teori dinyatakan "tidak semua psikopat adalah kriminal". Pengetahuan awam, bila seorang dalam aksi kriminalnya dilakukan dengan keji, kejam dan tak berperikemanusian maka masyarakat pasti akan memvonis sebagai psikopat. Menurut Dr.Widodo Judarwanto ((Mansyur,2008), tidak semua pembunuh adalah psikopat

dan tidak semua psikopat adalah pembunuh. Sebenarnya lebih banyak lagi psikopat yang berkeliaran dan hidup di tengah-tengah masyarakat, bukan sebagai pelaku kriminal. Selebihnya adalah pribadi yang berpenampilan sempurna, pandai bertutur kata, mempesona, mempunyai daya tarik luar biasa dan menyenangkan serta muncul dalam wajah orang yang berdasi.

Disinilah pentingya kaum muslimin berusaha mencari rezeki yang halal dan mengkonsumsi makanan yang baik agar mendatangkan kesehatan jiwa, jasmani dan ruhani. Sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. an-Nahal [16]: 114: *Maka makanlah yang halal lagi baik dari rezki yang telah diberikan Allah kepadamu; dan syukurilah nikmat Allah, jika kamu hanya kepada-Nya saja menyembah. Secara khusus pula, dinyatakan bahwa ghanimah (harta pascaperang) yang didapatkan oleh kaum muslimin merupakan benda halal dan baik yang dapat digunakan (dimanfaatkan) dalam kehidupan. Hal ini* dijelaskan dalam Q.S.al-Anfaal [8]: 69: "*Maka makanlah dari sebagian rampasan perang yang telah kamu ambil itu, sebagai makanan yang halal lagi baik, dan bertakwalah kepada Allah; sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.*"

2. *Mendatangkan dampak pada kehidupan sosial.* Korupsi merupakan satu bentuk kejahatan modern yang berdampak tidak hanya secara individual bagi pelakunya, namun juga berefek besar terhadap kehidupan berbangsa. Di Indonesia, korupsi merupakan permasalahan besar yang telah lama tumbuh berkembang dalam masyarakat. Tindak pidana korupsi sudah merupakan tindak pidana luar biasa (*extra ordinary crimes*) dan merupakan kejahatan yang luar biasa, korbannya adalah masyarakat dan bangsa. Dampak korupsi mempengaruhi kehidupan ekonomi dan kesejateraan sosial

masyarakat, menodai prinsip keadilan dan penegakan hukum. Dampak ini sangat terasa di masyarakat, seperti terjadinya kesenjangan ekonomi dan maraknya perilaku kriminal dalam masyarakat. Saat ini kehidupan bangsa Indonesia sangat membutuhkan satu integritas moral yang utuh dari para pemimpin dan segenap individu rakyatnya.

Dari penjelasan tentang ganjaran dan dampak negatif di atas itu merupakan *tandzir* (peringatan dan ancaman) dari Allah SWT bagi yang melakukan korupsi. *Tandzir* ini dapat menjadi terapi (preventif dan rehabilitatif) dalam menangani pelaku korupsi.

Selanjutnya dalam ayat 163 terdapat kalimat: *"Allah Maha Melihat apa yang mereka kerjakan." Ini bermakna bahwa Allah SWT mengetahui segala bentuk perbuatan manusia, termasuk korupsi yang sifatnya tersembunyi. Kalimat itu mengandung nilai muroqobatullah (adanya pengawasan Allah) bagi segala perilaku hambaNya, baik yang nampak maupun yang tersembuyi. Allah SWT mengetahui isi hati manusia (niat dan keinginan) yang sifatnya tersembunyi dalam diri.*

Ayat 164 berisi tentang tugas utama dari nabi Muhammad SAW untuk ummat manusia. Nabi Muahmamd SAW berjenis manusia, bukan dari jenis malaikat dan jin. Nabi berbangsa Arab bukan bangsa asing (Tafsir Jalalain, Az-Zikr Versi Android, 2010). Hal ini menjadi karunia yang sangat besar bagi ummat manusia dan bangsa Arab. Karunia itu merupakan nikmat Allah SWT untuk manusia sebagaimana dalam Q.S. al-Baqarah [2]:151: *Sebagaimana (Kami telah menyempurnakan nikmat Kami kepadamu) Kami telah mengutus kepadamu Rasul diantara kamu yang membacakan ayat-ayat Kami kepada kamu dan mensucikan kamu dan mengajarkan kepadamu Al Kitab dan Al-Hikmah, serta mengajarkan kepada kamu apa yang belum kamu ketahui.* Diutusnya nabi Muhammad SAW kepada masyarakat Arab merupakan

nikmat yang sangat besar, karena beliau datang membawa Islam dan mengubah kebiasaan-kebiasaan jahiliyah. Mengeluarkan masyarakat Arab dari kegelapan berupa kesalahan cara berpikir, adat istiadat, akhlak dan sebagainya. Masyarakat Arab mendapatkan cahaya hidayah, dimana sebelumnya berada dalam kegelapan yang nyata. Mereka lantas tahu mana yang benar dan mana yang salah, mana yang *haq* mana yang *bathil*.

Tugas yang diemban oleh Nabi Muhammad SAW merupakan risalah Allah yang sama dibawa oleh para nabi lainnya untuk membersihkan manusia dari segala bentuk kotoran, menjelaskan kalam Ilahi dan membimbing akal dan fitrah manusia guna menyelamatkannya dari kebinasaan dan penyimpangan. Tugas risalah oleh para nabi ini telah diisyaratkan oleh nabi Ibrahim AS dalam doanya berikut: *Ya Tuhan kami, utuslah untuk mereka sesorang Rasul dari kalangan mereka, yang akan membacakan kepada mereka ayat-ayat Engkau, dan mengajarkan kepada mereka Al Kitab (Al Quran) dan Al-Hikmah (As-Sunnah) serta mensucikan mereka. Sesungguhnya Engkaulah yang Maha Kuasa lagi Maha Bijaksana.* (Q.S.al-Baqarah [2]:129.

Kalimat "*Sungguh Allah telah memberi karunia kepada orang-orang yang beriman ketika Allah mengutus diantara mereka seorang rasul dari golongan mereka sendiri..",* mengandung makna bahwa diutusnya Nabi Muhammad SAW dari kalangan masyarakat Arab sendiri (bukan bangsa asing) merupakan dasar diterimanya risalah beliau. Kemudian keberhasilan tugas risalah Nabi Muammad SAW didiukung oleh wujud nabi berjenis manusia (humanis). Sehingga dengan itu nabi dapat memahami bahasa dan berkomunikasi dengan masyarakat setempat, nabi dapat memahami aspek psikologis ummatnya, serta materi dakwahnya dapat menyentuh aspek fitrah imaniah manusia. Dengan modalitas

itu, tugas risalah dan ajaran Islam yang dibawa oleh Rasulullah SAW mampu mengubah kebiasaan buruk masyarakat Arab dan mampu membersihkan mereka dari segala bentuk kejahiliyahan.

Kata jahiliyah bukan hanya di masa sebelum Islam datang. Bahkan setelah Islam datang, banyak bentuk kejahiliyahan dilakukan. Jahiliyah adalah bentuk-bentuk keadaan dan kelakuan di mana norma kebaikan diabaikan dan banyaknya perilaku maksiat di masyarakat. Di era modern ini tampak banyak terlihat perbuatan jahiliyyah dilakukan manusia. Untuk merubah budaya jahiliyyah dan perilaku yang sesat itu dibutuhkan tiga metode sebagai tugas risalah nabi Muhammad SAW, yaitu:

1) Metode tilawah. Tilawah bermakna membacakan ayat-ayat Allah يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ Aktivitas tilawah nabi dengan membacakan ayat-ayat Allah, yaitu Al-Qur'an kepada umatnya secara benar, dengan *tartil* sesuai dengan tajwid, makhraj dan sifat-sifat hurufnya. Hal ini bermakna bahwa Rasulullah saw berupaya membuka pengetahuan (kemampuan kognitif) dan wawasan umatnya melalui Al-Qur'an dengan cara membacakan ayat-ayat al-Qur`an. Hal ini sebagai metode pengenalan dan sekaligus dakwah Islam agar manusia mampu meningkatkan kualitas keimanannya. Melalui metode tilawah dapat menanamkan benih keimanan, menumbuhkan kesadaran akan Tuhan sebenarnya, yang menciptkan alam semesta dan Tuhan yang disembah.
2) Metode Tazkiyah. Tazkiyah bermakna membersihkan dan mensucikan diri lahir-bathin dari berbagai dosa dengan mengajak manusia untuk selalu bertaubat dan berhenti melakukan maksiat. يُزَكِّيهِمْ artinya: "dan dia mensucikan mereka". Z*akka – yuzakki - tazkiyatan* artinya membersihkan dan mensucikan dari dosa (Tafsir Jalalain, Az-Zikr Versi

Android, 2010) . Yang dimaksudkan dalam ayat ini adalah nabi Muhammad SAW membersihkan dari berbagai kepercayaan, pemahaman dan pola hidup jahiliyah yang salah dengan menegakkan amar ma`ruf nahi mungkar dan menerapkan pola hidup islami. Tazkiyah memiliki manfaat berikut:

a) Tazkiyah merupakan metode terapi. Dalam psikoterapi Islam yang dikenal dengan terapi *Tazkiyah an-Nufus* (penyucian diri). Dalam Al-Qur›an terdapat beberapa ayat tentang *tazkiyah an-Nufus*. Seperti dalam Surah As-Syams: ayat 9; *sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu*. Serta bentuk dari *tazkiyah an-Nufus* berupa ibadah, seperti zikir dan shalat sebagaimana dalam Q.S. al-A`laa [87]: 1415-: *Sesungguhnya beruntunglah orang yang membersihkan diri (dengan beriman), dan dia ingat nama Tuhannya, lalu dia sembahyang*. Teknik terapi *tazkiyah an-Nufus* berisi praktek ibadah dan ajaran agama Islam seperti tauhid dan keimanan, shalat, puasa, zakat, tobat, halal-haram dan lain sebagainya. Terapi tazkiyah ini dapat mengatasi masalah penyakit mental, gangguan jiwa dan berbagai macam bentuk penyimpangan perilaku termasuk korupsi.

b) Tazkiyah merupakan metode spiritual yang dapat diterapkan pada lembaga pendidikan untuk mengembangkan kemampuan SQ serta membentuk katrakter utama siswa. Pendekatan spiritual dilakukan dengan menerapkan prinsip agama dalam pembelajaran dan dalam kehidupan keseharian. Proses itu akan meningkatkan kemampuan peserta didik pada aspek keagaaman (*hablum min Allah*) dan kemanusiaan (*halum min an-Naas*). Integrasi aspek keagaaman (ritual)

dan kemanusiaan (muamalah) dalam pendidikan itu melahirkan kemampuan SQ pada diri peserta didik. Pendidikan agama dan pendidikan moral melahirkan kepribadian (akhlak karimah) yang utuh, seperti jujur, pemaaf, dapat mengendalikan emosi marah, tawadlu, sabar dan ridho terhadap musibah dan lain sebagainya. Bentuk-bentuk akhlak karimah inilah yang disebut dengan karakter utama.

3. Metode Ta`lim. Ta`lim berarti mengajarkan Al-Qur'an dan Hadits. وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ artinya: *dan dia mengajari Al-Kitab dan Al-Hikmah kepada mereka.* Maksudnya adalah Rasulullah Muhammad SAW bertugas mengajarkan (mentransfer) ilmu yang diberikan oleh Allah kepada umatnya. Ilmu tersebut terdapat dalam Al-Qur'an dan hadits. Al-Kitab di sini maksudnya adalah Al-Qur`an. Al-Hikmah adalah Hadits (Tafsir Jalalain, Az-Zikr Versi Android, 2010). *Ta'lim* dalam ayat ini mengandung prinsip dasar pendidikan. Dalam ta`lim terdapat proses mengajar yang dilakukan oleh guru dan terdapat proses belajar yag dilakukan oleh anak didik. Guru berusaha memberikan kemampuan kognitif kepada anak didik dengan mentransfer ilmu sehingga anak didik mempunyai kemampuan berpikir, merasa dan mengamalkan. Proses belajar itu akan mendatangkan perubahan pada perilaku pada siswa meliputi tiga aspek, yaitu kognitif (IQ), afektif (EQ) dan psikomotor (skill).

Pembelajaran dengan metode tilawah, tazkiyah dan ta`lim merupakan proses merubah perilaku dan peradaban manusia. Terdapat dua syarat utama sehingga ketiga metode edukasi peradaban itu dapat berhasil, yaitu:

1). Kredibilitas penyeru. Seorang pendidik ketika menerapkan metode tilawah, tazkiyah dan ta`lim, harus memahami bahasa dan budaya serta memahami perbedaan kemampuan kognitif dan psikologis setiap individu (anak didik). Tingkat penerimaan materi oleh setiap individu itu berbeda-beda, yang dalam istilah psikologi dikenal dengan *individual differences* (perbedaan individual). Oleh itu, ayat 164 yang mengandung kalimat: "...*Allah mengutus diantara mereka seorang rasul dari golongan mereka sendiri...*" kata *Min anfusihim* dimaksudkan dari kalangan manusia. Bahwa seorang Nabi itu dari jenis manusia ditunjukkan dalam Q.S.Al-Kahfi [18]:110: قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِثْلُكُمْ يُوحَى إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَٰهُكُمْ إِلَٰهٌ وَاحِدٌ. (*katakanlah sesungguhnya tiada lain aku juga manusia seperti kalian, diwahyukan kepadaku bahwa Tuhan kalian hanyalah Tuhan yang Maha Esa...*). Allah mengutus Nabi dari golongan manusia, bukan jin atau malaikat. Karena kalau dari golongan selain manusia, umat manusia akan kesulitan memahami apa yang disampaikan. Selain itu, dari golongan mereka sendiri bermaksud bahwa nabi Muhammad adalah berbangsa Arab dan dapat pula mengerti bahasa, budaya dan kondisi psikologis masyarakat setempat.

2). Keimanan ummat. Ketiga metode itu akan semakin cepat berhasil jika dibarengi keimanan dari ummat. Kepercayaan dan keyakinan kuat dari penerima pesan (peserta didik) terhadap materi dan pendidik menjadikan proses edukasi peradaban dapat berjalan dengan baik. Oleh itu dalam ayat 165 ini mengandung kalimat: *Sungguh Allah telah memberi karunia kepada orang-orang*

yang beriman ketika Allah mengutus diantara mereka seorang rasul.

Dari uraian tafsir di atas dapat ditarik kesimpulan (hikmah) sebagai berikut:

1. Terdapat kaitan antara kejujuran nabi Muhamamd SAW dengan tugas kerisalahan beliau. Tugas risalah yang mulia itu menjadi bukti dan jaminan bahwa perilaku nabi Muhammad SAW tidak pernah menyimpang, termasuk tidak melakukan korupsi.
2. Dalam kehidupan ini ada orang-orang dan bahkan dari kaum muslimin sendiri yang memiliki prasangka negatif. Munculnya prasangka ini berhubungan dengan kualitas keimanan dan kuatnya pengaruh nafsu terhadap materi (dunia). Dengan adanya prasangka terhadap Nabi Muhammad SAW yang berlaku korup lantas tidak membuatnya menjadi putus asa. Malah sebaliknya, beliau sebagai pemimpin tetap melakukan tugas dan misi kerasulannya. Di masa ini dalam organisasi, akan ada saja cobaan yang dialami oleh para pemimpin, berupa prasangka, fitnah, atau bentuk propaganda lainnya dari karyawan. Sebaiknya kondisi ini disikapi oleh para pemimpin dengan memberikan tiga metode edukasi risalah tersebut kepada karyawan dan tetap seperti biasa melanjutkan program untuk mensejahterakan karyawannya. Dengan usaha itu, lambat laun dinamika dan bahkan konflik dalam organisasi akan reda dengan sendirinya.
3. Didapatkan beberapa metode terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi (preventif dan rehabilitasi) perilaku korup, yaitu metode *tandzir,* metode *moroqabatullah,*

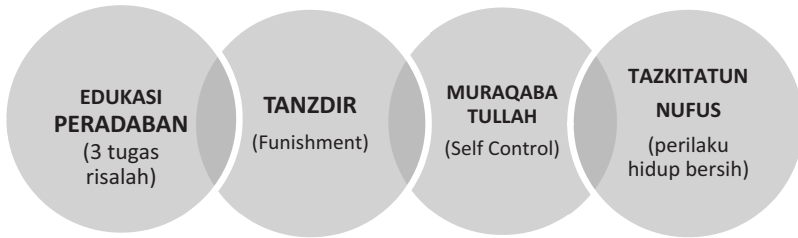
metode *tazkiyatun nufus* dan metode edukasi peradaban (tugas risalah). Metode tersebut dapat digunakan secara bervariatif sesuai kebutuhan. Seorang mukmin berupaya menghindari diri dari perilaku menyimpang seperti korupsi dengan menerapkan metode tersebut. Selain sebagai langkah preventif, metode terapi tersebut dapat digunakan dengan tujuan rehabilitasi, seperti mengembalikan pelaku korup pada kehidupan normal sesuai syariat Islam.

4. Perilaku korupsi merupakan pengkhianatan terhadap amanah. Saat ini kejujuran di negeri ini teramat langka dan mahal harganya. Kejujuran merupakan salah satu pondasi utama untuk menata kehidupan ekonomi, sosial dan politik di masa depan ke arah lebih baik. Untuk itu dibutuhkan figur (model) utama dari mental profetik untuk menata bangsa yang berlandaskan basis moral utama. Sudah saatnya bangsa yang besar ini dipimpin oleh orang-orang yang berkepribadian profetik, seperti Rasulullah Muhammad SAW.
5. Keberhasilan tugas risalah Nabi Muhammad SAW didiukung oleh dua faktor, yaitu a). Nabi Muhammad SAW berasal dari kalangan masyarakat Arab, sehingga ini menjadi modal kultural yang dapat menjadi alat komunikasi efektif. b). Wujud nabi berjenis manusia (humanis), sehingga ini menjadi modalitas piskologis untuk memahami kondisi setiap ummatnya. Kedua faktor tersebut menjadi modalitas berhasilnya tugas risalah beliau. Tiga metode (tugas) risalah yakni a). Tilawah, b). Tazkiyah, dan c). Ta`lim, merupakan satu sistem yang saling terkait dalam proses edukasi peradaban. Berhasilnya metode edukasi peradaban tersebut sangat

dipengaruhi oleh kredibilitas penyeru yang memiliki kemampuan pada aspek komunikasi (bahasa) dan psikologis untuk memahami kepribadian masing-masing individu. Nabi Muhammad SAW merupakan orang Arab yang dalam menyampaikan tugasnya telah berhasil memahami bahasa, budaya dan kondisi psikologis ummatnya, baik secara individual maupun kelompok masyarakat. Dengan modalitas tersebut proses dakwah yang dilakukan Nabi Muhammad SAW dapat berhasil dan membawa perubahan besar pada peradaban ummat manusia. Tiga komponen tugas risalah atau metode edukasi peradaban tersebut dapat diterapkan dalam dunia pendidikan, aktivitas dakwah dan sosial, dalam organisasi, serta dapat pula digunakan sebagai metode terapi bagi pelaku korupsi. Metode edukasi tersebut pula menjadi modalitas seorang pendidik, pemimpin, konselor, terapis, dan dai, serta para orangtua dalam mengembangkan generasi emas di masa depan.

Model Psikoterapi Profetik Anti Korupsi

Dari tafsir yang telah dibagun di atas, didapatkan beberapa metode terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi (preventif dan rehabilitasi) perilaku korup, yaitu metode *tandzir*, metode *moroqabatullah*, metode tazkiyatun nufus dan metode edukasi peradaban (tugas risalah). Metode tersebut dapat digunakan secara bervariatif sesuai kebutuhan (gambar 1). Seorang mukmin berupaya menghindari diri dari perilaku menyimpang seperti korupsi dengan menerapkan metode tersebut. Selain sebagai langkah preventif, metode terapi tersebut dapat digunakan dengan tujuan kuratif dan bahkan rehabilitatif, seperti mengembalikan

pelaku korup pada kehidupan normal sesuai syariat Islam. Adapun ke empat teknik itu diurai sebagai barikut:

Gambar 1. *Alternatif metode psikoterapi menangani perilaku korup*

a. Metode edukasi peradaban (tugas risalah)

Untuk merubah budaya korupsi dibutuhkan metode edukasi sebagai tugas risalah nabi Muhammad SAW, yaitu: Metode tilawah, metode tazkiyah dan metode ta`lim. Tiga metode risalah itu merupakan satu sistem edukasi peradaban (dalam gambar 2) yang saling terkait yang dapat membentuk dan mengembangkan kemampuan IQ, EQ, Skill dan SQ manusia (peserta didik). Dalam proses edukasi itu terdapat proses mental yang melibatkan fungsi psikis berupa: kognitif, afektif dan psikomotor. Tiga fungsi psikis itu disebut juga taksonomi pendidikan. Pada proses pendidikan, fungsi kognitif lebih awal digunakan. Fungsi kognitif merupakan proses psikologis yang melibatkan proses memeroleh pengetahuan, menyusun dan mengunakan pengetahuan serta kegiatan lain seperti berfikir, mengingat, memahami, menimbang, mengamati, menganalisis, mensintesis, mengevaluasi dan memecahkan masalah (Aliah, 2008). Maka dengan itu individu mempunyai kemampuan untuk belajar dan meningkatkan potensi kecerdasan yang dimiliki. Sangat tepat metode tilawah dan ta`lim digunakan dalam proses kognitif tersebut.

Gambar 2. *Tiga metode edukasi Peradaban*

Pembelajaran dengan metode tilawah dan ta`lim merupakan aktivitas pemrosesan awal kognitif yang di dalammya terdapat proses mental dari penerima (peserta didik) berupa: 1) Penginderaan. Dalam penginderaan terdapat *attention* (perhatian) dengan menggunakan *receptor* (indera telinga dan mata) dalam menangkap pesan (stimulus ayat yang didengar). 2) Persepsi. Terdapat proses persepsi (pemaknaan-interpretasi) terhadap stimulus yang telah diterima. Biasanya, aktivitas ini merupakan pengenalan awal terhadap materi yang diterima, yang memerlukan motivasi dan ketulusan dari kedua pihak, sehingga materi pelajaran yang dibacakan dapat dipersepsi sama oleh penerima pesan. Hal itu dalam komunikasi disebut komunikasi efektif. Sedangkan dalam psikologi dakwah, komunikasi efektif itu ketika *mad`u* memiliki pehamanan yang sama terhadap pesan dakwah yang disampaikan oleh dai. Pada psikologi pendidikan, guru berupaya memberikan pengenalan bahan bacaan (materi pejaran) pada siswanya degan memperhatikan perbedaan aspek psikologis dari masing-masing peserta didik.

Tilawah merupakan salah satu bentuk metode pembelajaran yang dapat membentuk *skill* (keterampilan) membaca efektif

untuk meningkatkan kemampuan kognitif (IQ) dan sangat penting membuka berbagai wawasan pengetahuan seseorang. Membaca merupakan jendela pengetahuan dan hidayah, serta akan memicu semangat Iqra` bagi ummat islam. Agar proses pengenalan awal dengan metode tilawah itu dapat berhasil maka dilanjutkan dengan metode ta`lim. Dalam tansformasi ilmu seorang guru (pendidik) hendaknya memiliki kemampuan kognitif yag baik pula, seperti kemampuan intelektual, penguasaan materi bahan ajar, pengetahuan metode mengajar, pengetahuan cara melakukan evaluasi hasil belajar dan dapat memahami kepribadian dari masing-masing anak didiknya.

Membahas fungsi kognitif melalui metode tiwalah dan ta`lim di atas berarti membahas tentang perkembangan individu dalam proses memahami, berfikir dan proses memperoleh pengetahuan. Di samping itu, perlu juga diketahui posisi metode tazkiyah dalam urgensinya membentuk kemampuan ruhaniah (SQ). Metode tazkiyah secara berurutan Allah sebutkan dalam ayat 164 berada dalam posisi kedua (di tengah) antara metode Tilawah dan metode ta`lim. Ini bermakna: 1) dalam proses memahami, berfikir dan proses memperoleh pengetahuan diperlukan pencerahan spiritual, berupa pembersihan dan penyucian rohani agar tetap terhubung dengan Allah SWT. 2) Terdapat integrasi antara fikir dan zikir dalam memperoleh pengetahuan. Sehingga dengan pengetahuan yang dimilki itu seseorag akan membuatnya ingat dan senantiasa bersyukur kepada Allah SWT.

Pengetahuan manusia diperoleh dengan adanya integrasi dari modalitas indera fisik berupa telinga dan mata serta qalbu (fuad). Indera fisik dan ruhani inilah sebagai alat penerima (*receptor*) dari tiga metode edukasi risalah (stimulus) sehingga seseorang dapat dengan mudah memperoleh pengetahuan. Hal ini sesuai dengan

ayat berikut: *Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui (berpengetahuan) sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur* (Q.S. An-Nahl[16]: 78) (Mansyur, 2007).

b. Metode *tandzir*

Pada ayat 161, 162 dan 163 terdapat *kesamaan p*enegasan ganjaran dan dampak di akhirat bagi pelaku *ghulul*. Hal ini mengandung makna mendalam dan *menjadi perhatian bagi kaum muslimin untuk menghindari perilaku ghulul.*

Adapun ayat tersebut mengandung *tandzir* (peringatan hukuman) sebagai berikut:

Terjemahan ayat:

161. Tidak mungkin seorang nabi berkhianat dalam urusan harta rampasan perang. Barangsiapa yang berkhianat dalam urusan rampasan perang itu, maka pada hari kiamat ia akan datang membawa apa yang dikhianatkannya itu; kemudian tiap-tiap diri akan diberi pembalasan tentang apa yang ia kerjakan dengan (pembalasan) setimpal, sedang mereka tidak dianiaya.

162. Apakah orang yang mengikuti keridhaan Allah, sama dengan orang yang kembali membawa kemurkaan (yang besar) dari Allah dan tempatnya adalah jahannam?

163. Dan itulah seburuk-buruk tempat kembali, kedudukan mereka itu bertingkat-tingkat di sisi Allah, dan Allah Maha Melihat apa yang mereka kerjakan.

Dari ayat di atas yang menyatakan tentang ganjaran bagi periaku korup itu merupakan *tandzir* (peringatan dan ancaman) dari Allah SWT bagi yang melakukan korupsi. *Tandzir* ini dapat menjadi terapi (preventif dan rehabilitatif) dalam menangani pelaku korupsi. Dalam melakukan dakwah, dai (terapis)

mengiringi dengan menyampaikan *tabsyir* dan *tandzir* agar ummat manusia senantiasa taat melaksanakan perintah Allah SWT dan menjauhi laranganNya. *Tabsyir* adalah kabar gembira bagi orang-orang taat dalam menjalankan ajaran agama dari Allah SWT akan mendapat pahala, derajat yang tinggi, kehidupan yang baik, mendapat kenikmatan dan syurga serta bahkan dapat bertemu dengan Allah SWT. Sedangkan *tandzir* merupakan kabar peringatan dan ancaman dari Allah SWT berupa dosa, keburukan, bahaya, bencana, derajat yang rendah, dan suasana di akhirat dengan segala bentuk konsukuensinya bagi orang-orang ingkar dan melanggar perintahNya. Metode ini disampaikan dengan bijaksana dan proporsional. Dalam metode *tandzir* digunakan kalimat berikut:

Perilaku korup	**Kalimat ancaman hukuman (*tandzir*)**
Ayat 161	1. Pada hari kiamat ia akan datang membawa apa yang dikhianatkannya itu; 2. kemudian tiap-tiap diri akan diberi pembalasan tentang apa yang ia kerjakan dengan (pembalasan) setimpal, sedang mereka tidak dianiaya
Ayat 162	1. Mendapat kemurkaan (yang besar) dari Allah 2. tempatnya adalah jahannam
Ayat 163	1. Ditempatkan pada tempat yang sangat buruk (di neraka) 2. Kedudukan mereka itu bertingkat-tingkat di sisi Allah,

Dalam psikologi Islam, *tabsyir* dan *tandzir* merupakan dua metode psikoterapi yang dapat merubah perilaku negatif (akhlak mazmumah) seseorang menuju kehidupaan Islami dan dapat kembali melakukan aktivitas muamalah dengan normal. Dalam

psikologi pendidikan, khususnya aliran psikologi behaviorisme istilah *tabsyir* dan *tandzir* ini disebut sebagai *reward* (hadiah/penghargaan) dan *punishment* (hukuman/ganjaran). Dua pendekatan ini digunakan dalam dunia pendidikan untuk meningkatkan motivasi belajar dan prestasi akademik siswa. Selain itu digunakan pula sebagai motode (terapi-intervensi) membentuk perilaku siswa yang diharapkan. Dari penjelasan tentang ganjaran dan dampak negatif di atas itu merupakan *tandzir* (peringatan dan ancaman) dari Allah SWT bagi yang melakukan korupsi. *Tandzir* ini dapat menjadi terapi (rehabilitatif) dalam menangani pelaku korupsi.

c. Metode *moroqabatullah*,

Pada ayat 163 terdapat kalimat: "Allah Maha Melihat apa yang mereka kerjakan." Ini bermakna bahwa Allah SWT mengetahui segala bentuk perbuatan manusia, termasuk korupsi yang sifatnya tersembunyi. Kalimat itu mengandung nilai *muroqobatullah* (adanya pengawasan Allah) bagi segala perilaku hambaNya, baik yang nampak maupun yang tersembunyi. Allah SWT mengetahui isi hati manusia (niat dan keinginan) yang sifatnya tersembunyi dalam diri.

Banyak ayat dalam Al-Qur'an menunjukkan makna *muroqobatullah* diantaranya dalam surah Al-Mukmin [40]: 19: "*Dia mengetahui (pandangan) mata yang khianat (pandangan yang dilarang, seperti memandang kepada wanita yang bukan muhrimnya) dan apa yang disembunyikan oleh hati."* Juga dalam surah Al-An`am [6]:3: "*Dan Dialah Allah (yang disembah), baik di langit maupun di bumi; Dia mengetahui apa yang kamu rahasiakan dan apa yang kamu lahirkan dan mengetahui (pula) apa yang kamu usahakan".* Allah SWT mengetahui yang lahir dan yang bathin, apa yang dipikirkan dan apa saja yang dirasakan. Adanya pengetahuan, perasaan, dan

keyakinan bahwa perilakunya berada dalam pengawasan Allah SWT (*muroqobatullah*) dapat menjadi terapi mengatasi perilaku korupsi.

Pakar pendidikan, Arief Rahman (Mansyur, 2013) yang mengatakan maraknya korupsi disebabkan satu diantaranya karena adanya pengabaian terhadap nilai-nilai agama dan norma-norma di masyarakat. Agama hanya dijadikan sebagai identitas, bukan afeksi dan implementasi. Oleh itu, diperlukan terapan psikologi Islam (ilmu jiwa yang bersumber dari Al-Qur'an dan Hadist) guna menyusun model psikoterapi Islam (perawatan jiwa berdasar konsep Islam) dengan pendekatan *muroqobatullah* sebagai langkah alternatif pendidikan karakter secara intrinsik yang dapat mengatasi masalah moralitas bangsa dan perilaku korup di Indonesia. Psikoterapi Islam dengan pendekatan *muroqobatullah* adalah bentuk perawatan jiwa dalam mengatasi perilaku *ghulul* (korupsi) untuk menyadarkan seseorang agar muncul dalam dirinya pengetahuan, perasaan, dan keyakinan bahwa perilakunya senantiasa dalam pengawasan Allah SWT. Terapi ini dapat bersifat preventif ataupun rehabilitatif yang dapat diterapkan di berbagai lembaga pemerintah maupun swasta secara personal maupun kelompok.

d. Metode *tazkiyatun nufus*

Pada terjemahan ayat 164: "

Sungguh Allah telah memberi karunia kepada orang-orang yang beriman ketika Allah mengutus diantara mereka seorang rasul dari golongan mereka sendiri, yang membacakan kepada mereka ayat-ayat Allah, membersihkan (jiwa) mereka, dan mengajarkan kepada mereka Al Kitab dan Al Hikmah. Dan sesungguhnya sebelum (kedatangan Nabi) itu, mereka adalah benar-benar dalam kesesatan yang nyata.

Dalam ayat itu terdapat kalimat: "*membersihkan (jiwa) mereka*". Tazkiyah bermakna membersihkan dan mensucikan diri lahir-bathin dari berbagai dosa dengan mengajak manusia untuk selalu bertaubat dan berhenti melakukan maksiat. Tazkiyah merupakan metode terapi. Dalam psikoterapi Islam yang dikenal dengan terapi *Tazkiyah an-Nufus* (penyucian diri). Dalam Al-Qur'an terdapat beberapa ayat tentang *tazkiyah an-Nufus*. Seperti dalam Surah As-Syams: ayat 9; *sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu*. Serta bentuk dari *tazkiyah an-Nufus* berupa ibadah, seperti zikir dan shalat sebagaimana dalam Q.S. al-A`laa [87]: 14-15: *Sesungguhnya beruntunglah orang yang membersihkan diri (dengan beriman), dan dia ingat nama Tuhannya, lalu dia sembahyang*. Teknik terapi *tazkiyah an-Nufus* berisi praktek ibadah dan ajaran agama Islam seperti tauhid dan keimanan, shalat, puasa, zakat, tobat, halal-haram dan lain sebagainya. Terapi tazkiyah ini dapat mengatasi masalah penyakit mental, gangguan jiwa dan berbagai macam bentuk penyimpangan perilaku termasuk korupsi.

Tazkiyah merupakan metode spiritual yang dapat diterapkan pada lembaga pendidikan untuk mengembangkan kemampuan SQ serta membentuk katrakter utama siswa. Pendekatan spiritual dilakukan dengan menerapkan prinsip agama dalam pembelajaran dan dalam kehidupan keseharian. Proses itu akan meningkatkan kemampuan peserta didik pada aspek keagaaman (*hablum min Allah*) dan kemanusiaan (*halum min an-Naas*). Integrasi aspek keagaaman (ritual) dan kemanusiaan (muamalah) dalam pendidikan itu melahirkan kemampuan SQ pada diri peserta didik. Pendidikan agama dan pendidikan moral melahirkan kepribadian (akhlak karimah) yang utuh, seperti jujur, pemaaf, dapat mengendalikan emosi marah, tawadlu, sabar dan ridho

terhadap musibah dan lain sebagainya. Bentuk-bentuk akhlak karimah inilah yang disebut dengan karakter utama.

Terapan integrasi dan karakteristik model psikoterapi profetik anti korupsi

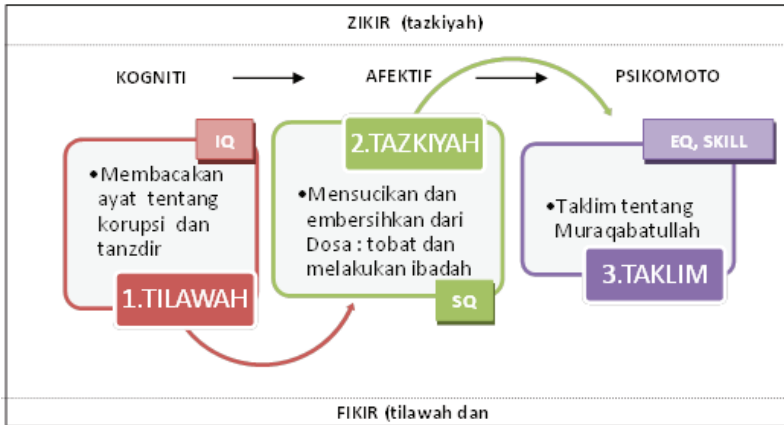
Dari paparan di atas didapatkan empat metode terapi antikorupsi, yaitu metode *tandzir*, metode *moroqabatullah*, metode tazkiyatun nufus dan metode edukasi peradaban (tugas risalah). Keempat metode tersebut dapat diterapkan dalam satu model integrasi (gambar 3) sebagai langkah preventif, kuratif serta dapat digunakan pula untuk tujuan rehabilitasi, seperti mengembalikan pelaku korup pada kehidupan normal sesuai syariat Islam.

Adapun rencana terapan dalam model integrasi dapat dilihat pada gambar 3. Dalam gambar itu, model integrasi digabung dalam satu alur psikoterapi untuk mengatasi perilaku korupsi. Model integrasi itu dilakukan dalam tiga tahap yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tahap 1: Tilawah

Aktivitas tilawah ini dilakukan dengan membaca ayat-ayat Al-Qur'an ayat yang berkaitan tentang korupsi dan tanzdir kepada seseorang secara benar, dengan *tartil* sesuai dengan tajwid, makhraj dan sifat-sifat hurufnya disertai dengan memahami terjemahan dan makna ayat tersebut.

Sasaran tahap 1 ini: 1) untuk membuka pengetahuan (kemampuan kognitif) dan wawasan seseorang tentang korupsi dan tanzdir. 2) untuk menanamkan benih keimanan, meningkatkan kualitas keimanan, menumbuhkan kesadaran akan

Tuhan sebenarnya, yang menciptakan alam semesta dan Tuhan yang disembah.

Gambar 3. *Terapan integrasi model psokoterapi pelaku korup*

Tahap 2: Tazkiyah

Aktivitas tazkiyah dilakukan dengan membersihkan dan mensucikan diri lahir-bathin dari berbagai dosa dengan mengajak manusia untuk selalu bertaubat dan berhenti melakukan maksiat (korupsi). Selain itu terapis (dai) berupaya membersihkan dari berbagai kepercayaan, pemahaman dan pola hidup jahiliyah (musyrik) yang salah dengan menegakkan dan menerapkan pola hidup Islami (ibadah dan muamalah).

Tahap 3: Ta`lim

Ta`lim dilakukan mengajarkan makna *muroqabullah* yang terdapat dalam ayat Al-Qur'an dan hadits nabi Muhammad SAW. *Ta'lim* dengan materi muraqabatulllah mengandung prinsip dasar pendidikan. Dalam ta`lim itu terdapat proses mengajar yang

dilakukan oleh guru dan terdapat proses belajar yang dilakukan oleh anak didik. Terapis berusaha memberikan kemampuan kognitif kepada seseorang dengan mentransfer ilmu sehingga klien mempunyai kemampuan berpikir, merasa dan mengamalkan (aktualisasi diri).

Kajian tentang model psikoterapi profetik anti korupsi ini mendukung usaha pembentukan moralitas segenap anak bangsa. Moralitas merupakan salah satu pondasi utama untuk menata kehidupan ekonomi, sosial, politik ke arah lebih baik. Sangat dibutuhkan kajian yang mempunyai urgensi dalam menyelesaikan masalah moralitas, korupsi dan berbagai permasalahan bangsa. Oleh itu diharapkan model yang dibangun ini memiliki karakteristik berikut:

1. Konsep dasar yang original, mutakhir dan bernilai intrinsik. Model yang relatif baru dalam kajian SDM dan psikoterapi adalah model yang berdasarkan psikoterapi profetik (kenabian). Penulis dalam disertasinya (Mansyur, 2012) menyatakan nilai propetik bersumber dari sisi keruhanian manusia yang diperoleh dari pendekatan diri pada Allah SWT dan didapatkan dari nilai keteladanan nabi Muhammad SAW.
2. Bersifat preventif, kuratif dan rehabilitatif. Penelitian ini dilakukan berdasar pada hal-hal yang menjadi penyebab timbulnya korupsi, yaitu faktor kepemimpinan diri dan rendahnya kesadaran dalam mengimplementasikan nilai-nilai moral dan agama. Hal ini didukung oleh pendapat Hanafi (2010), yang menyatakan setiap penyebab yang terindikasi harus dibuat upaya preventifnya, sehingga dapat meminimalkan penyebab korupsi. Selain itu

konsep ini dapat diterapkan bagi pelaku korupsi agar kembali hidup normal sesuai etika moral dan syariat.

3. Konsep bersifat psiko-spiritual. Penanganan permasalahan moralitas pemimpinan bangsa dan perilaku korup merupakan peluang mengembangkan model psikoterapi yang berbasis pada aspek ruhaniah manusia dan bersifat intrinsik psikologis. Hal ini pula merupakan terobosan baru dalam dunia bimbigan dan konseling, konseling dan psikoterapi, psikologi islam, psikologi organisasi, psikologi sosial, psikologi klinis dan manajemen SDM serta psikologi pendidikan. Konsep ini belum banyak ditemukan dalam referensi dan belum menjadi model yang baku dalam mengatasi problem bangsa, terutama perilaku korup melalui pendekatan psiko-spritual.
4. Bersifat kala strategis dan berskala luas. Walaupun berangkat dari penelitian lokal dan kajian pustaka/ literatur, namun hasil kajian ini dapat dibuat secara umum dan terstandarisasi. Rencana ke depan, model ini akan melahirkan *prototype* berupa modul pelatihan yang dapat diterapkan dalam semua dimensi kehidupan organisasi dan lembaga pendidikan, termasuk pada lembaga pemasyarakatan. Modul pelatihan psikoterapi profetik mempunyai ciri yaitu: a. Konsep pelatihan dibuat secara baku dan dapat diterapkan secara kolektif dalam organisasi (lembaga pendidikan), b. Bersifat intrinsik dalam menata kesadaran perilaku, c. Dapat ditujukan bagi pimpinan, pegawai dan pelajar, serta dapat diterapkan untuk membangun ketahanan keluarga. d.Hasil (efektivitas) pelatihan dapat dikontrol, berupa meningkatnya kesadaran intrinsik dalam prevensi

perilaku korup yang dapat diukur secara kuantitatif. e. dapat pula digunakan dalam melakukan rehabilitasi bagi pelaku korup untuk mengembalikan perilakunya secara normal sesuai prinsip agama dan sosial.

Penutup

Di usia kemerdekaannya ke 74 pada tahun 2019 ini sebagai spirit rasa kebangsaan, bangsa Indonesia membutuhkan satu integritas moral yang utuh dari segenap sumber daya manusia (SDM) yang dimilikinya. Permasalahan moralitas itu merupakan peluang mengembangkan model psikoterapi yang berbasis ruhaniah. Hal ini pula merupakan terobosan baru dalam psikologi Islam ksususnya dalam konseling dan psikoterapi, karena konsep itu belum banyak ditemukan dalam referensi dan belum menjadi model yang baku dalam menangani perilaku korup.

Tulisan ini mendeskripsikan hasil kajan literatur psikoterapi profetik anti korupsi berdasar Q.S.Ali-Imran [3]:161-164 dengan metode tafsir maudu`i (tematik). Psikoterapi profetik anti korupsi merupakan terapi mental Islam bersifat kenabian yang nilainya disandarkan pada keteladanan nabi Muhammad SAW, di dalamya terdapat tiga tahap terapi yaitu tahap tilawah, tahap tazkiyah dan tahap taklim. Model ini sebagai langkah preventif, kuratif dan rehabilitatif dalam menangani tindak perilaku korupsi. Kemudian ke depan, model psikoterapi profetik anti korupsi ini akan dideskripsikan dalam bentuk *prototype* berupa modul pelatihan/ terapi dan siap didesain dalam penelitian eksperimen sebagai langkah membentuk pribadi anti korupsi.

Ikhtiar ini merupakan bagaian dari jihad mengembangkan psikologi Islam, yang tidak saja mengantarkan Psikologi Islam bernilai *the indigenous psychology*, tetapi juga sebagai alternatif

utama dalam pengembangan psikologi dan menjadi *rahmatan lil'alamin*. Seiring dengan itu, kajian psikoterapi prophetik anti korupsi dalam buku ini diharapkan membawa manfaat bagi mahasiswa, akademisi, psikolog, konselor, praktisi SDM, lembaga pendidikan, dan bangsa Indonesia dalam menata kembali moralitas bangsa.

Psikoterapi profetik ini merupakan psikoterapi religius yang nilainya diambil dari keteladanan nabi Muhammad SAW. Telah banyak khazanah ilmu dan kecerahan pikiran ketika merujuk keteladanan pada sosok figur nabi Muhammad SAW. Mengkaji perjalanan hidup Rasulullah SAW baik dalam sejarah dan dalam Al-Qur'an adalah bagaikan mengarungi lautan yang tidak bertepi kerana sangat luas, sangat kaya, dan sangat mencerahkan. Keluasan suri tauladan Muhammad SAW mencakup semua aspek hidup dan kehidupan. Dengan meneladani sifat tersebut, akan menghantarkan siapa saja kepada keberhasilan dalam menjalankan roda kehidupannya. Tulisan ini diakhiri firmanAllah SWT dalam QS. Al-Ahzab: 21.

"Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah (Muhammad SAW) itu suri teladan yang baik bagimu, (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah."

Daftar Pustaka

Hasan, A.B.P (2008). *Psikologi perkembangan Islami: Menyingkap rentang kehidupan manusia dari prakelahiran hingga pascakematian.* Jakarta: Rajawali Pers.

Ardisasmita, M. S. (2006). Definisi korupsi menurut perspektif hukum dan e-announcement untuk tata kelola pemerintahan yang lebih terbuka, transparan dan akuntabel. Dalam Seminar Nasional Upaya Perbaikan Sistem Penyelenggaraan Pengadaan Barang/Jasa Pemerintah. Komisi Pemberantasan Korupsi Republik Indonesia.

Rahman, A. (2012). Perilaku korup akibat lalai terapkan nilai agama. http://www.koruptorindonesia.com/archives/11057, diakses 12 April 2019.

Budimansyah, D., Ruyadi, Y., & Rusmana N. (2010). *Model pendidikan karakter di perguruan tinggi: Penguatan PKN, layanan bimbingan psikoterapi dan KKN tematik.* Universitas Pendidikan Indonesia.

HR Darimi, nomor 1911, dalam Ensiklopedi hadits: kitab Sembilan imam (versi &roid, tth).

Dirjend Pendidikan Dasar Kemdiknas. (2012). Perspektif: pendidikan karakter menuju bangsa unggul. *Pilicy Brief,* Edisi 4 Juli 2011.

Hanafi, I. (2010). Korupsi dan pengertiannya. http://soloraya.net/korupsi-dan-pengertiannya.html

https://www.kpk.go.id/id/faq. Diakses pada tanggal 11 Februari 2018.

http://www.koruptorindonesia.com.

https://kbbi.web.id/, 2018) psikoterapi. diakses 2 Maret 2018

https://www.kpk.go.id/id/faq. Diakses pada tanggal 11 Februari 2018.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) (https://www.kbbi.web.id), diakses 11 Februari 2018.

Kementerian Pendidikan Nasional. (2011). *P&uan pelaksanaan pendidikan karakter*. Kemendiknas Badan Penelitian Dan Pengembangan Pusat Kurikulum Dan Perbukuan.

Mansyur, A.Y. (2013). Personal prophetic leadership sebagai model pendidikan karakter bersifat intrinsik atasi korupsi. *Jurnal Pendidikan Karakter UNM*, 3(1).

Mansyur, A.Y. (2008). Perlu uji kebohongan para calon pemimpin. *Harian Tribun Timur Makassar*.

Mansyur, A.Y. (2007). *Kumpulan materi dan tema-tema psikologi bersumber dari Al-Qur`an*. Makassar: Fakultas Psikologi UNM.

Mansyur, A.Y. (2009). Membangun konsep kepemimpinan prophetik (*prophetic leadership);* alternatif solusi ke atas permasalahan kepemimpinan bangsa. *Proseding Scientific Conference IV PPI UKM Facing the Future with Science.*

Mansyur, A.Y. (2012). *Pengaruh gaya kepemimpinan intrinsik terhadap outcomes organisasi bisnis, publik dan nonpropfit*. Disertasi. UKM Malayasia.

Mansyur, A.Y. (2012). *Gaya kepemimpinan prophetik sebagai model peningkatan produktivitas kerja karyawan dan outcomes organisasi secara intrinsik pada lembaga ekomomi syariah*. Laporan Penelitian strategis Nasional, DIKTI.

Majelis Tarjih dan Tajdid PP Muhammadiyah. (2006). *Fikih antikorupsi: Perspektif Ulama Muhammadiyah*. Jakarta: PPM.

Majelis Tarjih dan Tajdid PP Muhammadiyah. (2016). *Tafsir At-Tanwir*. Yogyakarta; PPM.

Munawir, A.W. (1984). *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia*. Yogyakarta: PonPes Al-Munawwir Krapyak.

Nawawi. (t.th). *Riyadu As-Shilihin*. Dlm. *Babun Al-Mar*. www.attasmeem.com, Diakses pada tanggal 11 Februari 2019

Tafsir Ibnu Katsir, versi &roid, 2016, P3 hlm.55.

Tafsir Jalalain, Az-Zikr. Versi &roid (2010). 3 bagian 9; hlm.161-180.

Tafsir Jalalain, Az-Zikr. Versi &roid, (2010). 3 bagian 8; hlm.141-160.

Tim Lajnah Pentahsin Mushaf Al-Qur`an Kementerian Agama RI dan Tim Institut Ilmu Zuhaili, Wahbah, dkk. 2009. *Al-Mausuu`ah Al-Qur`aniyah al-Muyassarah.* Daar al Fikr, Damaskus.

at-Tuwajiri. (2007). *Ensiklopedi Islami al-kamil.* Terj. Jakarta: Darus Sunnah.

Najati, U. (1985). *al-Qur'an wa ilmu al nafs.*Terj. Ahmad Rofi' Usmani. *al-Qur'an dan ilmu jiwa.* B&ung: Pustaka.

Bayyuumy. (2007). *Mushaf al-tibyaan fi mustayaabihaat al-Qur`an.* Daar al-Taqwa li an Nasyr waalTauzii` Syibro al Khoimah.

Az-zahrani. (2005). *Konseling terapi.* Jakarta: Gema Insani.

BAB 3

Restrukturisasi Kognitif dengan Media Ayat Kursi untuk Menurunkan Tingkat Depresi pada Narapidana Militer yang Baru Memasuki Masa Tahanan

Agitha Christiana Asri
Pascasarjana Universitas Islam Bandung, Fakultas Psikologi, Bandung
agithachristiana@gmail.com

Pendahuluan

Islam adalah agama yang sangat agung yang memberikan pengetahuan kepada manusia dalam berbagai aspek terkait dengan alam semesta, manusia, dan kehidupan. Dengan kata lain Islam adalah sebuah ajaran yang mampu menjawab setiap problematika kehidupan umat manusia. Seringkali ilmu pengetahuan dan agama diamati sebagai dua pandangan yang terpisah. Namun, seiring berkembangnya ilmu pengetahuan, pemisahan tentang agama dan ilmu pengetahuan mulai meluntur. Pandangan yang baru melihat bahwa ilmu pengetahuan dan agama memiliki hubungan yang erat dan sangat berguna bagi kehidupan manusia berdasarkan pada penciptaan manusia sebagai mahluk yang

berakal, rasional dan makhluk spiritual. Manusia sebagai mahluk spiritual memiliki keyakinan dan menyembah Allah SWT sebagai sumber kekuatan dan pencita alam semesta. Sebagai manusia yang berakal, manusia akan mampu mengembangkan daya nalar dan berpikir rasional dalam menyikapi dan memerankan dirinya sebagai khalifah di muka bumi (Yusuf, 2014).

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan, psikoterapi mulai mengarah pada aspek spiritual dengan mengintegrasikan konsep psikologi dengan konsep dalam suatu keyakinan ataupun agama (Psikospiritual). Pengintegrasian tersebut mulai dicoba untuk diterapkan dalam kegiatan psikoterapi. Beberapa penelitian yang telah dilakukan pada klien muslim yang mengikuti *religious psychoteraphy* terbukti efektif dalam mengatasi permasalahan depresi, cemas, ataupun stres (Razak, et al., 2013). Pada penelitian tersebut kelompok yang menggunakan psikoterapi dengan pendekatan spiritualitas mengalami perubahan yang lebih cepat dibandingkan dengan kelompok yang menggunakan psikoterapi biasa. Sementara itu hasil penelitian Hook et. al menyebutkan bahwa terapi spiritual dan religius terbukti efektif mengatasi persoalan-persoalan gangguan mental seperti kecemasan, schizophrenia dan depresi (Ahmad Razak et al., 2013).

Terapi spiritual juga dapat menurunkan berbagai gangguan kejiwaan, seperti yang dijelaskan dalam sebuah jurnal yang ditulis oleh Adeeb dan Bahari (2017) bahwa elemen psiko-spiritual telah diabaikan oleh praktisi kesehatan yang mengelola pasien yang sakit jiwa. Namun, bukti yang terkumpul menunjukkan bahwa agama dan spiritualitas memainkan peran penting dalam membantu pasien mengatasi tekanan dalam hidup, termasuk yang disebabkan oleh penyakit.

Salah satu gangguan psikologis yang banyak muncul dalam kehidupan masyarakat masa kini adalah depresi. Menurut Beck (2005), depresi merupakan gangguan psikologis yang memiliki ciri-ciri yaitu menurunnya suasana hati, optimisme, motivasi, konsentrasi dan kesedihan yang mendalam dengan menyalahkan diri sendiri disebabkan karena berkembangnya pemikiran yang tidak logis dan mendominasi pola-pola kognitifnya. Penderita depresi di Indonesia sekarang ini semakin bermunculan dengan ditandai oleh banyaknya kasus bunuh diri. Ketua Perhimpunan Dokter Spesialis Jiwa Indonesia (PDSKJI) Eka Viora dalam konferensi pers perayaan hari kesehatan dunia, mengatakan, di Indonesia prevalensi penderita depresi adalah 3,7 persen dari populasi. Gangguan depresi sebenarnya bisa dialami oleh siapa saja, namun berdasarkan sebuah studi di Florida tahun 2003 sampai 2009 menyatakan bahwa depresi merupakan salah satu masalah utama dalam penjara, sebanyak 25% narapidana diindikasikan menderita depresi berat, sedangkan 30% lainnya diindikasikan menderita depresi sedang dan ringan (Mukhlis, 2011).

Adapun salah satu cara untuk bisa mengubah pola pikir yang terdistorsi dengan menggunakan terapi spiritual Islami seperti yang dilakukan oleh terapis muslim Badri (1996) dan Hamdan (2008). Terapi spiritual Islami adalah suatu pengobatan atau penyembuhan gangguan psikologis yang dilakukan secara sistematis dengan berdasarkan kepada konsep Al-Qur'an dan As-Sunnah. Adz-dzaky (2002) mengatakan, aplikasi terapi terhadap berbagai persoalan, salah satu langkah yang dilakukan adalah dengan membacakan beberapa ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan permasalahan, gangguan atau penyakit yang dihadapi. Terapi spiritual Islami memandang bahwa keimanan dan kedekatan kepada Allah merupakan kekuatan

yang sangat berarti bagi upaya perbaikan pemulihan diri dari gangguan depresi ataupun problem-problem kejiwaan lainnya, dan menyempurnakan kualitas hidup manusia. Pada dasarnya terapi spiritual Islami tidak hanya sekedar menyembuhkan gangguan-gangguan psikologis tetapi yang lebih substansial adalah bagaimana membangun sebuah kesadaran diri (*self awareness*) agar manusia bisa memahami hakikat dirinya. Karena pada dasarnya mereka yang terlibat dalam psikoterapi tidak hanya sekedar menginginkan kesembuhan tetapi mereka juga bertujuan untuk mencari makna hidupnya dan mengaktualisasi diri.

Al-Qur'an adalah petunjuk untuk umat muslim dan di dalamnya terdapat semua jawaban mengenai permasalahan-permasalahan yang ada di dunia. Al-Qur'an dapat menjadi obat bagi segala penyakit saat manusia berusaha memahami isi dari Al-Qur'an, terutama penyakit psikologis, seperti yang disebutkan salah satu ayat Al-Qur'an yaitu QS Al-Isra'(17) ayat 82, yang artinya : *"Dan telah Aku turunkan (Al-Qur'an) yang didalamnya terdapat obat dan rahmat bagi orang mukmin".* Salah satu Ayat Al-Qur'an yang disebutkan sebagai ayat yang Agung dalam hadist dan juga cukup familiar adalah Ayat kursi. Adapun inti dari isi Ayat Kursi adalah menjelaskan mengenai kebesaran Allah dan segala kekuatan yang dimiliki-Nya. Gejala umum yang dialami penderita depresi adalah kehilangan harapan dan merasa tidak berdaya, dengan dilakukannya restrukturisasi kognitif dengan media Ayat Kursi diharapkan mampu membangun harapan dan makna baru tentang hidup, dan yang paling utama adalah membangun pola pikir baru bahwa ada kekuatan yang Maha Besar yang bisa menolongnya keluar dari keterpurukan. Dengan begitu diharapkan penderita depresi bisa memiliki pandangan baru yang positif mengenai dirinya dalam melawan pikiran-pikiran negatifnya sehingga mampu menjalani kehidupan dengan

lebih baik, lebih bermakna dan memiliki solusi bagi permasalahan yang sedang dihadapinya. Berdasarkan hal tersebut maka Ayat Kursi dipilih sebagai media dalam melakukan restrukturisasi kognitif terhadap penderita depresi.

Penulis menyajikan penelitian dengan menggunakan desain Eksperimen Kasus Tunggal (*single-case experimental desain*). Metode ini digunakan untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan (*treatment*) dengan kasus tunggal. Kasus tunggal dapat berupa beberapa subjek dalam satu kelompok atau subjek yang diteliti adalah tunggal (N=1). Dalam penelitian untuk memodifikasi perilaku, penggunaan skor individu lebih utama daripada skor rata-rata kelompok. Pada penelitian ini, pengukuran variabel terikat dilakukan berulang-ulang dengan periode waktu per-minggu. Perbandingan tidak dilakukan antar individu maupun kelompok tetapi dibandingkan pada subjek yang sama dalam kondisi yang berbeda. Yang dimaksud kondisi disini adalah kondisi *baseline* dan kondisi eksperimen (intervensi). *Baseline* adalah kondisi dimana pengukuran target behavior dilakukan pada keadaan natural sebelum diberikan intervensi. Kondisi eksperimen adalah kondisi dimana suatu intervensi telah diberikan dan target perilaku diukur di bawah kondisi tersebut. Rancangan penelitian yang digunakan adalah Eksperimen Subjek Tunggal dengan desain A-B-A. Untuk mendapatkan validitas penelitian yang baik, pada saat melakukan eksperimen dengan desain A-B-A, peneliti menerapkan beberapa hal berikut ini, (a) Mendefinisikan target intervensi sebagai variabel yang dapat diukur; (b) Mengukur dan mengumpulkan data pada kondisi *baseline* (A1) secara kontinyu sebanyak 3 kali pengukuran sampai tren dan level data menjadi stabil; (c) Memberikan intervensi setelah tren data *baseline* stabil; (d) Mengukur dan mengumpulkan data pada fase intervensi (B) dengan periode waktu tertentu, yaitu

setiap minggu selama fase intervensi berlangsung; (e) Setelah fase intervensi (B) memperoleh hasil yang diinginkan, mengulang kembali fase *baseline* (A2).

Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian, terlihat bahwa terjadi penurunan tingkat depresi pada subjek penelitian setelah diberikan intervensi dengan restrukturisasi kognitif dengan media Ayat Kursi. Hasil ini terlihat dari adanya penurunan skor BDI dan perubahan kategori tingkat depresi. Pada *Baseline Phase*, yaitu pengukuran yang dilakukan sebelum diberikan terapi, skor yang diperoleh subjek dari tiga kali pengukuran adalah 36, 34, dan 33 dimana skor tersebut berada pada kategori depresi berat. Terjadi sedikit penurunan diperkirakan saat *Baseline Phase* ini, subjek sudah mulai sedikit terbuka dengan menceritakan permasalahannya melalui anamnesa dan wawancara mengenai riwayat kasusnya dan juga apa yang mengganggu pikirannya selama ini. Hal tersebut merupakan proses katarsis yang mampu menurunkan tingkat stress. Lalu pengukuran pada saat pelaksanaan terapi yang juga dilakukan tiga kali pada akhir sesi 2, sesi 4, dan sesi 6 dengan skor masing-masing 25, 21, 16, terjadi juga perubahan kategori menjadi depresi sedang dan depresi ringan. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh dari terapi yang diberikan. Hasil pengukuran tingkat depresi pada *After Treatment Phase*, subjek kembali mengalami penurunan dari skor 14, 11 dan terakhir 10, skor ini sama-sama pada tingkat ringan-minimal. Penurunan pada *After Treatment Phase* ini juga disebabkan adanya dukungan sosial yang diterima subjek. Dukungan ini berupa informasi dari pembina di satuannya yang bersedia untuk membantu untuk mendampingi subjek menemui istrinya untuk meminta maaf pada istri dan keluarganya. Hal ini juga

memunculkan kembali harapan bahwa subjek masih bisa diterima di kesatuan dan tidak akan dikeluarkan.

Apabila dilihat berdasarkan dimensi dari simtom depresi, yaitu dimensi emosi, kognitif, motivasi, dan fisik, maka terlihat bahwa yang mengalami penurunan paling tinggi setelah diberikan intervensi adalah pada dimensi fisik, yaitu dari skor 11 menjadi 0. Disusul oleh dimensi kognitif dari skor 12 menjadi 5. Lalu dimensi motivasi dari skor 5 menjadi 0, dan dimensi emosi dari skor 9 menjadi 5.

Penurunan terbesar pada dimensi fisik yaitu sebesar 11 poin terjadi karena pada dimensi fisik tersebut terdapat simtom-simtom depresi yang paling jelas dirasakan oleh subjek, terutama kelelahan yang berkorelasi sangat tinggi dengan hilangnya kepuasan dan harapan yang pesimistik, serta mental set yang merupakan faktor utama dalam perasaan lelah seorang penderita depresi atau sebaliknya bahwa kelelahan dapat mempengaruhi mental set seseorang.

Penurunan yang juga cukup tinggi adalah pada dimensi kognitif yaitu sebesar 7 poin. Hal ini sejalan dengan teori depresi dari Beck yang mengatakan bahwa depresi merupakan akibat dari cara berpikir seseorang terhadap dirinya. Penderita depresi cenderung menyalahkan diri sendiri yang disebabkan oleh adanya distorsi kognitif terhadap diri, dunia dan masa depannya, sehingga dalam mengevaluasi diri dan menginterpretasi hal-hal yang terjadi mereka cenderung mengambil kesimpulan yang tidak cukup dan berpandangan negatif. Berdasarkan pemikiran tersebut maka bisa diambil kesimpulan bahwa terapi restrukturisasi kognitif cukup berhasil mengubah skema kognitif subjek yang menimbulkan depresi sehingga terjadi penurunan tingkat depresi. Manifestasi yang muncul dari depresi tersebut antara lain adalah (1) adanya *self*

esteem yang rendah, harapan-harapan yang negatif, menyalahkan dan mengkritik diri sendiri, tidak dapat mengambil keputusan; (2) mempunyai penilaian yang rendah terhadap kemampuan diri sendiri, berpikir bahwa dirinya sangat bodoh dan akan dibenci oleh rekan-rekannya. Subjek menilai diri sebagai berkekurangan meskipun mempunyai hak-hak spesifik yang positif dan penting, yaitu subjek tidak langsung dipecat ataupun dimasukan ke penjara sipil, yang berarti subjek masih diberikan kesempatan untuk kembali bekerja di kesatuan. Subjek menilai dirinya pada titik yang paling rendah dan memiliki pandangan negatif yang ditandai dengan munculnya pesimisme yang berhubungan erat dengan rasa ketidakberhargaan. Pernyataan-pernyataan "*saya sudah tidak memiliki masa depan, atau saya tidak bisa melakukan apapun karena kesalahan saya sudah sangat fatal*" merupakan pernyataan yang sering diungkapkan oleh subjek pada awal pertemuan. Subjek berkeyakinan bahwa kondisi kekurangannya akan berlangsung terus atau akan menjadi semakin buruk. Subjek juga mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan, bimbang terhadap alternatif yang ada bahkan pada awalnya subjek tidak mempu memikirkan solusi apapun atas permasalahannya. Keadaan-keadaan tersebut merupakan simtom-simtom depresi yang berada pada dimensi kognitif yang memang menjadi fokus utama yang dimodifikasi dalam terapi restrukturisasi kognitif. Perubahan dimensi kognitif bisa dilihat pada Tabel 1.

Dimensi motivasi juga mengalami penurunan sebanyak 5 poin. Gambaran yang paling menonjol pada simptom motivasional ini adalah adanya keadaan penurunan aktivitas yang dilakukan dengan tanggung jawab atau dengan banyaknya energi yang digunakan. Subjek menutup diri dengan aktivitas yang menuntut tanggung jawabnya dan inisiatif-inisiatifnya. Ia pun selalu menghindari aktivitas-aktivitas yang menuntut untuk

berhubungan dengan orang lain. Subjek menolak dari tanggung jawab dan menghindari diri daripada mencoba menyelesaikan permasalahannya. Manifestasi lain dari kecenderungan menghindar diekspresikan melalui keinginan untuk bunuh diri yang sempat terlintas dalam benak subjek. Simtop-simtom dari dimensi motivasi ini juga mengalami penurunan karena ketika terjadi perubahan dalam memaknai suatu peristiwa akan memunculkan pemikiran baru yang lebih positif yang juga akan berpengaruh pada keinginan. Pemikiran baru yang lebih positif tentang diri dan dunianya akan memunculkan kembali keinginan-keinginan baru.

Pada dimensi emosi terjadi penurunan sebanyak 4 poin. Simtom emosi berupa perubahan perasaaan atau tingkah laku yang merupakan akibat langsung dari perasaannya. Kondisi yang berkenaan dengan gejala emosional itu adalah suasana hati. Kehilangan kebahagiaan atau kepuasan merupakan proses yang terus berkembang. Keadaan ini muncul pada awal aktivitas tertentu dan seiring dengan perkembangan depresi, menjalar pada berbagai aktivitas lain termasuk pelaksanaan peran yang menjadi tanggung jawabnya. Adapun manifestasi dari simptom emosional yang dialami subjek adalah: (1) penurunan mood, (2) adanya pandangan negatif terhadap diri sendiri, (3) hilangnya ikatan kasih sayang, menangis dan hilangnya respon yang menggembirakan. Kehilangan emosi dan kasih sayang diwujudkan dengan menurunnya derajat ketertarikan pada aktivitas tertentu atau perhatian pada orang lain. Hilangnya minat, adanya perasaan tak acuh sampai apatis, dimana subjek hanya mampu memberikan reaksi negatif terhadap perasaan positif. Terjadi juga peningkatan frekuensi menangis. Selain itu hilangnya respon yang menggembirakan dalam arti hilangnya kemampuan menangkap humor terlihat pada subjek di awal

pertemuan. Penurunan tingkat depresi pada dimensi emosi juga merupakan konsekuensi dari adanya perubahan kognitif.

Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan disimpulkan bahwa Restrukturisasi Kognitif dengan Media Ayat Kursi efektif menurunkan tingkat depresi pada narapidana militer yang baru memasuki masa tahanan. Sebelum diberikan intervensi tingkat depresi subjek berada pada kategori berat, dan setelah diberikan intervensi tingkat depresi subjek berada pada kategori depresi ringan. Terlihat bahwa dengan menurunnya tingkat depresi berdampak terhadap penurunan simtom-simtom depresi yang dialami subjek. Penurunan tingkat depresi terbesar yang dialami subjek terjadi pada simtom fisik dan kognitif. Penurunan yang cukup tinggi pada dimensi kognitif memperlihatkan bahwa restrukturisasi kognitif dengan media Ayat kursi cukup efektif dalam merubah disfungsional kognitif yang dimiliki oleh subjek menjadi lebih fungsional. Penurunan simtom fisik dan kognitif yang cukup tinggi ditandai dengan perubahan sikap menjadi lebih bersemangat dan munculnya pemikiran yang lebih rasional dan keyakinan yang positif serta perasaan tenang yang dirasakan oleh subjek.

Daftar Pustaka

Prapto, D.A.P., Nashori, F., Rumiani. (2015). Terapi tadabbur Alquran untuk mengurangi kecemasan menghadapi persalinan pertama. *Jurnal Intervensi Psikologi.*

Adeeb & Bahari. (2017). The effectiveness of psycho-spiritual therapy among

mentally III patients. *Journal of Depression & Anxiety, 6*(2).

Adz-dzaky. (2002). *Konseling dan psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.

Al Jauziyyah. (2010). *Rahimahullah, fawaaidul fawaaid*. Bekasi: Dar Ibnul Jauzi.

Al-Quran dan Terjemahannya. (2012). B&ung: PT Cordoba Internasional Indonesia.

American Psychiatric Association (APA). (2005). *Practice guideline for the treatment of patients with major depressive disorder*. Washington D.C: American Psychiatric Association.

Beck, A.T. (1967). *Depression: Clinical , experimental & theoritical aspect*. Hoeber Medica Division, USA: Harper & Row Published Incorpored.

Beck, A.T., Rush, J., Shaw, B.F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy for depression. the clinical psychologist.* New York: Guilford Press.

Beck, J. S. (1995). *Cognitive therapy: Basics & Beyond*. New York, NY, US: Guilford Press

Djamludin, A. (1989). *Teknik skala penyusunan pengukur*. Yogyakarta: Pusat Penelitian Kependudukan UGM.

Hamdan, A. (2008). Cognitive restructuring: An Islamic perspective. *Journal of Muslim Mental Health,* 3.

Haney, C. (2001). *The psychological impact of incarceration: implications for post-prison adjustment*. Santa Cruz: University of California.

Kas&ra, P. (2016). *Aplikasi cognitive behavior dan behavior activation dalam intervensi klinis*. Jakarta: Grafindo.

Lesmana, R. A. (2016). *Efektivitas penerapan teknik in vivo desensitization terhadap penurunan tingkat kecemasan fobia anak ayam*. B&ung: Universitan Islam B&ung.

Lubis, N.L. (2009). *Depresi tinjauan psikologis.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Marshal, C., Rossman, G.B. (2011). *Primary data collection method designing qualitative research.* Los Angeles: CA SAGE.

Moleong, L.J. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif.* B&ung: PT Remaja Rosdakarya Offset.

Mukhlis, A. (2011). Pengaruh terapi membatik terhadap depresi pada narapidana, psikoislamika. *Jurnal Psikologi Islam.*

Najati, M.U. (2005). *Psikologi dalam Alquran (terapi qurani dalam penyembuhan gangguan kejiwaan),* (terj. M. Zaka Alfarizi), B&ung: Pustaka Setia.

Nevid, J.S., Rathus S.A., & Greene, B. (2003). *Abnormal psychology in a changing world.* New York: Pearson Education Inc.

Noor, H. (2009). *Psikometri.* B&ung: Jauhar M&iri.

Nursabvira, F.B. (2015). *Pengaruh restrukturisasi kognitif dengan surat al fatiha terhadap peningkatan derajat kesabaran pada penderita psikofisiologis jenis neurodermatitits di Cimahi Tengah.* B&ung: Universitas Islam B&ung.

Papalia, D.E, Olds, S.W & Feldman, R.D. (2009). *Human development: Perkembangan manusia,* Jakarta: Salemba Humanika.

Persaud, R. (2000). *Recurrent depression & stressful live event.* Archives of General Psychiatry

Purwoko, S.B. (2012). *Pengaruh restrukturisasi kognitif melalui al-fâtihah terhadafp penurunan derajat stres pada penderita demam rematik dengan gejala.* B&ung: Universitas Islam B&ung.

Ramadhan, D. (2016). *Mengatasi depresi dengan psikoterapi islam (Membaca dan mengkaji Alquran).* Seminar ASEAN 2nd Psychology & Humanity. Universitas Muhammadiyah Malang.

Razak, A., Mokhtar, M.K., & Wan S.., Wan, S. (2013). Terapi spiritual Islami: Suatu model penanggulangan gangguan depresi. *Jurnal Ilmiah Psikologi.*

Santrock, J.W. (2003). *Perkembangan masa hidup, jilid 2.* Jakarta: Erlangga.

Sayyid, Q. (2003). *Tafsir fi zhilalil Quran, jilid 7.* Jakarta: Gema Insani.

Singgih, D. G. & Yulia S. D. G. (1991). *Psikologi praktis anak remaja dan keluarga.* Jakarta: Gunung Mulia.

Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D (Qualitatif & quantitative research).* B&ung: Alfabeta.

Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2005). Pengantar penelitian dengan subjek tunggal. Center for Research on International Cooperation in Educational Development (CRICED). *Jurnal University of Tsukuba.*

Suryanis, A. (2017). Artikel Berita: *"Jumlah Penderita Depresi Meningkat dari Tahun ke Tahun".* Tempo. https://www.google.com/amp/s/gaya.tempo.co/amp/876674/jumlah-penderita-depresi-meningkat-dari-tahun-ke-tahun.

Syalabi, M. (2016). *Rahasia ayat kursi.* Jakarta: Qalam.

Synder, S.J.L. (2002). H&book of positive psychology. *Jurnal Oxford University.*

Widyarsono, S. (2013). *Hubungan antara depresi dengan kualitas hidup aspek sosial pada orang dengan HIV/Aids (ODHA).* B&ung: Universitas Pendidikan Indonesia

Yusuf, U. (2014). *Psikologi dalam epistemologi Islam.* B&ung: LPPM Unisba.

Yusuf, U. (2017). *Psikologi kepribadian berdasarkan perspektif Islam.* B&ung: LPPM Unisba.

Tabel 1. *Hasil perubahan kognitif*

No	*Disfungsional Kognitif*	*Ayat Kursi*	*Fungsional Kognitif*	*New Consequences*
1	**Saya tidak berharga** : • Semua orang di kesatuan akan membenci saya ketika saya kembali ke kesatuan (*Mind Reading*) • Istri tidak akan memaafkan dan menerima saya lagi (*Mind Reading*) • Saya sangat bodoh (*Labelling*)	"*Tidak ada yang dapat memberi syafaat di sisi-Nya tanpa izin-Nya*." • Tidak ada satu makhluk pun selain Allah yang memiliki kuasa untuk mengendalikan apapun tanpa izin dan perintah-Nya • Syarat mendapat syafaat adalah dengan meraih ridha Allah. Tentunya dengan menaati-Nya menjalankan perintah-Nya, dan meninggalkan semua larangan-Nya. "*Allah, tidak ada Tuhan melainkan Dia yang hidup kekal lagi terus menerus mengurus makhluk-Nya.*" • Allah yang terus-menerus mengatur dan menjaga makhluk-Nya • Tidak ada sesembahan yang benar untuk disembah selain Allah. Konsekuensinya tidak boleh memberikan ibadah apapun kepada selain Allah • Allah menyayangi seluruh makhluk-Nya dan Allah akan memaafkan apabila kita bertaubat	• Saya tidak perlu lagi khawatir akan pandangan orang lain terhadap saya, yang terpenting saya tidak akan mengulangi lagi kesalahan saya dan berbuat yang terbaik • Saya ikhlas apabila istri tidak mau menerima saya lagi karena memang saya salah telah menyakitinya • Saya bersyukur Allah menegur kesalahan saya dengan masuk penjara sehingga masalah saya tidak semakin berlarut-larut dan saya mulai mengenal dan menjalankan kembali ajaran Islam semenjak masuk penjara	**Emosi :** Lebih tenang, kekhawatiran berkurang **Perilaku :** Menghubungi istri untuk meminta maaf dan menyelesaikan masalahnya dan menyadari kesalahannya

2	**Saya tidak berdaya** : • Saya tidak akan bisa menyelesaikan masalah saya (*Catastrophizing*) • Tidak ada yang bisa membantu saya (*Catastrophizing*) • Masa depan saya sudah hancur (*Catastrophizing*)	"*Kursi Allah meliputi langit dan bumi. Dan Allah tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar*." • Allah memiliki kedudukan yang tinggi, dan Dialah yang memenuhi hajat setiap orang yang berusaha *"Dia mengetahui apa yang di hadapan mereka dan di belakang mereka. Dan mereka tidak mengetahui apa-apa dari ilmu Allah kecuali dengan apa yang dikehendaki-Nya."* • Ilmu Allah meliputi seluruh makhluk, baik yang ada pada masa lampau, sekarang maupun yang akan datang. Allah mengetahui apa yang telah, sedang, dan yang akan terjadi, bahkan hal yang ditakdirkan tidak ada, bagaimana wujudnya seandainya ada. Ilmu Allah sangat sempurna.	• Saya harus lebih berserah kepada Allah sambil terus berdoa agar Allah membantu saya sambil melakukan yang terbaik yang saya bisa selama di lapas sebelum saya bebas dan bisa melakukan tindakan konkrit untuk menyelesaikan masalah saya • Saya harus mulai mencari seseorang yang bisa dipercayai untuk sekedar sharing dan mendapat masukan • Saya memiliki kelebihan dalam kegiatan fisik dan saya anggota yang tahu bagaimana hormat dan loyal kepada atasan dan itu merupakan modal untuk saya bisa bekerja dengan baik. • Saya pasrah dan ikhlas dengan apapun yang terjadi setelah saya bebas, apakah istri menerima saya atau tidak, ataupun kesatuan menerima saya lagi atau tidak, karena itu pasti yang terbaik bagi saya.	**Emosi :** Mulai bersemangat dan lebih optimis **Perilaku :** A sudah mulai berbaur dengan teman-teman di lapas. A menceritakan masalahnya kepada pembimbingnya di kesatuan dan merasa mendapatkan bantuan informasi dari pembimbing tersebut. A bisa lebih konsentrasi dalam mengikuti pembinaan di lapas terutama saat ada ceramah keagamaan

Bab 4

Hubungan Antara Kontrol Diri dan Prokrastinasi Dalam Menghafal Al Qurán Siswa Sma Tahfidzul Qurán

Muhammad Ghozy Mubaroq & Rahma Widyana
Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana
rahma@mercubuana-yogya.ac.id

Pendahuluan

Bagi seorang muslim, Al-Qur'an adalah *dushtur* (panduan) untuk menjalani kehidupan. Al-Qur'an wajib dibaca, ditadabburi, dan diamalkan perintahnya. Hadist Nabi disebutkan: *"sebaik-baik (manusia) diantara kamu adalah yang mempelajari dan mengamalkan Al-Qur'an"* (H.R Muslim). Oleh karena itu, tidak heran jika menghafalkan Al-Qur'an adalah suatu *ghiroh* (Semangat) dan *tummuhat* (cita-cita) sebagian muslim taat diseluruh dunia (Sa'dulloh, 2008).

Menghafal Al-Qur'an merupakan suatu keutamaan yang besar. Al-Qur'an dapat mengangkat derajat seseorang dan dapat memperbaiki keadaannya jika ia mengamalkannya. Sebaliknya, apabila Al-Qur'an dijadikan bahan tertawaan dan disepelekan

maka akan menyebabkan ia disiksa dengan siksa yang sangat pedih di akhirat kelak (Sa'dulloh, 2008). Menghafal Al-Qur'an bukanlah perkara yang mudah. Menghafal Al-Qur'an merupakan suatu jalan yang mengandung berbagai macam kesulitan dan beban yang berat, sehingga yang diperlukan bagi orang yang menghafal Al-Qur'an adalah sebuah tekad, semangat, kesungguhan, keuletan dan keyakinan akan kemampuannya. Mereka perlu menyediakan waktu khusus yang digunakan untuk menghafal Al-Qur'an, dan mengembalikan susunan prioritasnya agar rencana tersebut berada di depan (Badwilan, 2012).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada salah satu pembimbing para siswa yang menghafal Al-Qur'an di Ma'had Tahfidzul Qur'an Ahlus Shuffah Balikpapan, program utama yang ditawarkan adalah menghafal Al-Qur'an hingga 30 juz dalam jangka waktu kurang lebih 4-5 tahun. Agar target tersebut dapat tercapai, maka siswa diwajibkan untuk menghafal Al-Qur'an sebanyak satu halaman setiap hari. Namun, walaupun menyetorkan satu halaman setiap harinya itu merupakan hal yang wajib, pada kenyataannya masih banyak siswa yang belum mampu menjalankan kewajiban tersebut. Siswa tidak dapat menyetorkan hafalannya sesuai dengan tenggat waktu yang diberikan sehingga mengakibatkan tidak tercapainya target hafalan yang dibebankan kepadanya. Berdasarkan hasil wawancara kepada salah satu pembimbing program menghafal Al-Qur'an tersebut juga diperoleh gambaran bahwa siswa sering melakukan penundaan terhadap tugas hafalan. Saat jam menghafal, siswa melakukannya sambil bersenda gurau, tidak segera untuk mulai menghafal dan saat tiba waktunya menyetorkan hafalan, siswa jarang melakukan dengan tepat waktu sesuai dengan yang direncanakan.

Fenomena penundaan dalam khazanah ilmiah psikologi disebut dengan istilah prokrastinasi (Fibrianti, 2009). Seseorang yang memiliki kecenderungan untuk melakukan penundaan dalam memulai atau dalam menghadapi suatu pekerjaan disebut sebagai seseorang yang melakukan prokrastinasi, tidak peduli apakah pekerjaan tersebut mempunyai alasan atau tidak, Setiap penundaan dalam menghadapi suatu tugas disebut prokrastinasi (Ghufron dan Risnawita, 2014). Prokrastinasi ini menunjukkan suatu perilaku yang tidak disiplin dalam menggunakan waktu (Aini dan Mahardayani, 2011).

Prokrastinasi Menghafal Al Qurán dan Kontrol Diri

Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda-nunda dalam memulai ataupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan kegiatan lain yang tidak berguna, sehingga kinerja mengalami hambatan dan tidak pernah menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. (Ferrari dalam Ramadhani, 2016). Prokrastinasi akademik adalah adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang memiliki hubungan dengan aktivitas akademik, misalnya tugas sekolah atau kursus. Prokrastinasi non-akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non-formal atau tugas yang hubungannya dengan aktivitas kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas kantor, dan lain sebagainya (Ferrari dalam Ghufron dan Risnawita, 2014). Mengacu pada pengertian prokrastinasi di atas, prokrastinasi menghafal Al Qurán adalah kecenderungan menunda-nunda dalam memulai ataupun menyelesaikan kegiatan menghafal Al Qurán, untuk melakukan kegiatan lain sehingga mengalami hambatan dan tidak menyelesaikan tugas menghafal dengan tepat waktu.

Menurut Ferrari, Johnshon dan McCown (dalam Ghufron dan Risnawita, 2014) mengatakan bahwa prokrastinasi dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dengan ciri-ciri berupa: (1) Penundaan untuk segera memulai maupun menyelesaikan aktivitas pada tugas yang dihadapi. (2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. (3) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. (4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas utamanya yang harus dikerjakan.

Prokrastinasi menjadi penting untuk diteliti karena selain memiliki frekuensi yang tinggi, prokrastinasi memberikan banyak kerugian terhadap pelakunya, baik kerugian materiil maupun immateriil (Muhid, 2009). Prokrastinasi diberi label sebagai perilaku yang mengganggu dan berbahaya (Steel, 2007). Prokrastinasi berdampak pada kegagalan dalam memenuhi kewajiban, perasaan tidak berharga dan ketidaknyamanan psikologis (Surijah dan Tjundjing, 2007). Lebih lanjut, Burka dan Yuen (1983) mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang dialami oleh sebagian besar anggota masyarakat, serta pelajar pada ruang lingkup yang lebih kecil. Sekitar 50% dari pelajar menyampaikan bahwa mereka melakukan prokrastinasi dan menganggapnya sebagai masalah.

Beberapa hasil penelitian menemukan bahwa kualitas internal individu memiliki peran penting dalam mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang. Diantara berbagai kualitas diri, Janssen dan Carton (1999) mengusulkan lima hal yang sering dikaitkan dengan tingginya kecenderungan prokrastinasi, yaitu rendahnya kontrol diri (*self-control*), *self-consciousness, self-esteem*, dan *self-efficacy*, serta adanya kecemasan sosial.

Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron dan Risnawita, 2014) mengatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan suatu bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Menurut Tangney, Baumeister dan Boone (dalam Ursia, 2013) ada lima aspek kontrol diri yaitu: (1) *Self-discipline,* (2) *Deliberate/nonimpulsive,* (3) *Healthy habits,* (4) *Work ethic,* (5) *Reliability. Self-discipline,* yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu dengan *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya. *Deliberate/non-impulsive,* yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong *non-impulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak. *Healthy habits,* yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu. Oleh karena itu, individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung. *Work ethic* yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Individu mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal di luar

tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan *work ethic* mampu memberikan perhatiannya pada tugas yang sedang dilakukan. *Reliability,* yaitu dimensi yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

Logue (1995) mengatakan bahwa remaja dengan tingkat kontrol diri tinggi semestinya mampu mengontrol stimulus eksternal yang dapat mempengaruhi perilakunya. Fox dan Calkins (2003) menyatakan, kontrol diri pada remaja merupakan kapasitas dalam diri yang dapat digunakan untuk mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku seseorang.

Berdasarkan uraian diatas tersebut, diasumsikan bahwa kontrol diri rendah mempengaruhi munculnya prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an.

Hasil penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 47 subjek. Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA Ma'had Tahfizhul Qur'an dan berusia 16-18 Tahun.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan alat ukur berupa skala. Skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an disusun berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi yang dikemukakan oleh Ferrari (dalam Ghufron & Risnawita, 2014) yang terdiri dari Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, Melakukan kegiatan lain

yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Sedangkan skala kontrol diri disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Tanggney, dkk. (dalam Ursia, 2013)

Skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an terdiri dari 27 aitem dengan daya beda yang bergerak dari 0,321 sampai 0,769 koefisien reliabilitas alpha (α) sebesar 0,901. Sedangkan skala kontrol diri terdiri dari 24 aitem dengan daya beda yang bergerak dari 0,189 sampai 0,773. Koefesien reliabilitas alpha (α) sebesar 0.873.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an dengan rxy = -0,550 ($p < 0,050$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang negatif antara variabel kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an, artinya semakin rendah prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an, sebaliknya semakin rendah kontrol diri seseorang maka semakin tinggi prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an. Selanjutnya untuk koefesien determinasi (*R Square*) sebesar 0,302, hal tersebut dapat diartikan bahwa sumbangan kontrol diri terhadap prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an sebesar 30,2 % dan sisanya dapat diasumsikan dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Purwanti dan Lestari (2016) yang menyatakan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik siswa SMA. Dimana semakin tinggi kontrol diri seorang siswa, maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya. begitupun sebaliknya,

semakin rendah kontrol diri seorang siswa maka semakin tinggi kontrol dirinya.

Ghufron dan Risnawita (2014) mengatakan bahwa kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk merencanakan suatu bentuk perilaku yang dapat memberikan konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses dalam kehidupan, termasuk dalam mengahadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya. Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron dan Risnawita, 2014) juga berpendapat bahwa kontrol diri secara fungsional didefinisikan sebagai konsep dimana ada atau tidak adanya seseorang memiliki kemampuan untuk mengontrol tingkah lakunya yang tidak hanya ditentukan cara dan teknik yang digunakan melainkan berdasarkan konsekuensi dari apa yang mereka lakukan. Kemampuan mengontrol diri ini sangat dibutuhkan, agar individu tersebut bisa menentukan suatu pilihan yang bermanfaat dan tidak bermanfaat (Steel dalam Ursia, 2013). Menurut Tangney, dkk. (dalam Ursia, 2013) ada lima aspek kontrol diri, yaitu: (1) *Self-discipline,* (2) *Deliberate/nonimpulsive,* (3) *Healthy habits,* (4) *Work ethic,* (5) *Reliability.*

Aspek *self-discipline* mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu yang memiliki *self-discipline* mampu memfokuskan dirinya saat melakukan suatu tugas utamanya. Individu dengan *self-discipline* yang baik tersebut mampu menahan dirinya dari kegiatan-kegiatan lain yang dapat mengganggu konsentrasinya (Tangney, dkk. dalam Ursia, 2013). Sebaliknya, individu dengan *self discipline* yang rendah akan mudah terpengaruh dengan kegiatan-kegiatan lain yang dapat mengganggu konsentrasinya. ketidakmampuan individu dalam menahan diri dari aktivitas yang menyenangkan

ini merupakan salah satu ciri dari prokrastinasi (Ferrari, dalam Ghufron dan Risnawita, 2014). Berdasarkan hasil penelitian dari Steel (dalam Ursia, 2013) diketahui bahwa seseorang yang melakukan prokrastinasi apabila dihadapkan pada dua pilihan, yaitu kegiatan yang menyenangkan dan mengerjakan tugas, maka individu tersebut akan memilih kegitan yang menyenangkan dan kemudian menyesali perbuatannya.

Siswa memiliki kewajiban untuk dapat menempuh pendidikan dengan baik dan benar. Sepanjang perjalanan menempuh pendidikannya tersebut sudah tentu siswa harus memiliki kontrol diri yang baik. Hal ini akan mengurangi perilaku prokrastinasi yang kapan saja bisa muncul pada diri siswa, dikarenakan kontrol diri memiliki hubungan dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an.

Siswa yang memiliki *Self-discipline* dan *Reliability* yang tinggi dan memiliki tuntutan untuk menghafal Al-Qur'an rutin setiap hari, maka siswa akan selalu konsisten tanpa melewatkan rutinitas tersebut. *Reliability* merupakan dimensi yang terkait dengan penilaian individu terhadap kapasitas dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk mencapai suatu target tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya (Tangney, dkk. dalam Ursia, 2013).

Siswa yang memiliki kemampuan dalam melakukan disiplin diri, berarti siswa mampu memfokuskan diri saat mengerjakan tugas-tugasnya dan juga mampu menahan dirinya dari aktivitas lain yang dapat mengganggu konsentrasinya dalam menjalankan tugas utamanya. Hal ini juga akan mengurangi tingkat prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada siswa tersebut. Contohnya pada saat siswa menunda melancarkan

hafalan untuk menghadapi tugas ujian, siswa mampu melakukan disiplin diri dikarenakan siswa mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas ujian (Rahmantori, 2018). Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Endrianto (2014) yang mendapatkan hasil bahwa ada korelasi negatif antara *Reliability* dengan prokrastinasi dan adanya korelasi antara *self dicipline* dengan prokrastinasi. Dengan demikian, maka seorang siswa sangat memerlukan kontrol diri yang baik untuk segera mengerjakan dan berhenti menunda-nunda tugas menghafalnya sehingga terhindar dari perilaku prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an.

Aspek *Deliberate/Non-Impulsive* memiliki makna tentang kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang menjalankan tugasnya, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong deliberate/*non-impulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan, memiliki rencana kedepan dan mampu bertindak dengan baik untuk menyelesaikannya, dengan kata lain, individu tersebut tidak melakukan prokrastinasi (Tangney, dkk. dalam Ursia, 2013) sementara itu memiliki kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual adalah merupakan salah satu ciri prokrastinasi (Ferrari dalam Ursia, 2013). Kesulitan yang dialami oleh seorang prokrastinator adalah menjalankan suatu tugas sesuai dengan batas waktu yang direncanakan (Ferrari dalam Ursia, 2013). Seseorang mungkin telah merencanakan batas waktu untuk suatu tugas tertentu, namun pada waktu yang telah ditentukan tersebut, seseorang tersebut tidak juga mengerjakan tugasnya sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sebelumnya, Sehingga mengalami keterlambatan atau kegagalan dalam menyelesaikan tugasnya (Ferrari dalam ursia, 2013). Penundaaan yang dilakukan

akan menjadikan keterlambatan dalam menyelesaikan dalam meghafal Al-Qur'an, sehingga waktunya terbengkalai dan lebih mengerjakan pekerjaan yang lebih disenangi.

Aspek *healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu. Individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat memberikan efek buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan (Tangney, dkk. dalam Ursia, 2013). Individu dengan *healthy habits* tersebut akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung (Tangney, dkk. dalam Ursia, 2013). Seorang prokrastinator sadar bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan hal tersebut merupakan suatu hal yang penting bagi dirinya, akan tetapi individu tersebut menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugasnya sampai tuntas (Ferrari dalam Ghufron dan Risnawita, 2014). Individu memerlukan kontrol diri yang baik untuk menjalankan tugas secara langsung dan berhenti untuk menunda-nunda tugas tersebut agar terhindar dari perilaku prokrastinasi (Steel dalam Ursia, 2013). Seseorang yang lebih cenderung melakukan penundaan dalam menghafal, waktu produktif dalam menghafal Al-Qur'an digunakan melakukan pekerjaan yang disukai, sehingga terlambat dalam melaksanakan tugasnya dalam menghafal Al-Qur'an.

Aspek *work ethic* merupaka sesuatu yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka dalam melakukan kegiatan sehari-hari (Tangney, dkk. dalam Ursia, 2013). Logue (1995) mengemukakan ciri-ciri orang yang mampu mengendalikan dirinya, yaitu memegang teguh atau tetap bertahan dengan tugas yang seharusnya ia kerjakan walaupun

menghadapi banyak gangguan, mengubah perilakunya sendiri melalui perubahan dari beberapa pengaruh aturan norma yang ada, tidak menunjukkan atau melibatkan perilaku yang dipengaruhi oleh kemarahan atau emosional, bersifat toleran terhadap stimulus yang berlawanan.

Individu mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal di luar tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan *work ethic* mampu memberikan perhatiannya pada tugas yang sedang dilakukannya dan individu tersebut tidak melakukan prokrastinasi (Tangney, dkk. dalam Ursia, 2013). Sementara itu Ferrari (dalam Ghufron dan Risnawita, 2014) mengatakan bahwa salah satu ciri dari prokrastinasi adalah melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas utama yang harus dikerjakan.

Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan atau mengatur perilaku utamanya yang membawa kepada konsekuensi positif, sedangkan individu yang kontrol dirinya rendah tidak mampu mengarahkan atau mengatur perilakunya dan akan membawa kepada konsekuensi yang negatif (Muhid, 2009). Ray (dalam Ursia, 2013) juga mengatakan bahwa secara umum kontrol diri yang rendah mengacu pada ketidakmampuan individu untuk menahan diri dalam melakukan sesuatu serta tidak memperhitungkan akibat jangka panjang yang akan diperoleh. Sebaliknya, individu dengan kontrol diri yang tinggi akan mampu menahan diri dari hal-hal yang tidak baik dengan memperhitungkan akibat jangka panjang yang akan diperolehnya.

Solomon dan Rothblum (1984) mengatakan bahwa kerugian yang dihasilkan dari perilaku prokrastinasi adalah tugas tidak

terselesaikan atau terselesaikan namun hasilnya tidak maksimal karena dikejar *deadline*, menimbulkan kecemasan sepanjang waktu pengerjaan tugas, sehingga jumlah kesalahan tinggi karena individu mengerjakan dalam waktu yang sempit. Steel (dalam Ursia, 2013) juga berpendapat bahwa seseorang sangat memerlukan kontrol diri yang tinggi agar dapat mengerjakan tugas dengan baik dan berhenti untuk menunda-nunda tugas agar terhindar dari perilaku prokrastinasi.

Menurut Goldfried dan Marbaum (dalam Muhid, 2009) kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku utama yang membawa pada konsekuensi positif.

Secara umum orang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan menggunakan waktu dengan tepat dan mengarah pada perilaku yang lebih utama. Apabila ia merupakan siswa yang mempunyai kewajiban untuk menghafal Al-Qur'an dan mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang penyelesaian menghafal Al-Qur'an. Ia juga akan sesegera mungkin menghafal Al-Qur'an tanpa menunda – nundanya. Jika ia adalah siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah maka ia tidak mampu mengatur

dan mengarahkan perilakunya kepada hal-hal yang berkaitan dengan proses menghafal Al-Qur'an. Ia akan mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan, sehingga banyak melakukan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an. Ilfiandra (dalam Aini dan Mahardayani, 2011) menyebutkan salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi prokrastinasi adalah kontrol diri.

Berdasarkan hasil penelitian secara menyeluruh, terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada siswa SMA Ma'had Tahfizhul Qur'an.

Kesimpulan

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada siswa SMA Ma'had Tahfizhul Qur'an . Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh siswa, maka semakin rendah prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'annya. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh siswa, maka semakin tinggi prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'annya. Adanya kontrol diri yang tinggi menyebabkan siswa berusaha untuk terus mengatasi segala hambatan yang dialaminya, menyelesaikan segala tugas-tugas dan tanggungjawabnya sebagai siswa penghafal Al-Qur'an dengan tepat waktu, serta menghindari segala bentuk perilaku penundaan terhadap tugas menghafal Al-Qur'annya. Dan sebaliknya, siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah akan cenderung melakukan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an.

Daftar Psutaka

Aini, A.N. & Mahardayani, I.H. (2011). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur,* 1(2), 65-71.

Badwilan A.S. (2012). *P&uan cepat menghafal Alquran.* Solo: Diva Press.

Burka, J. & Yuen, L. (1983). *Procrastinastion: Why you do it what to do about it. Cambridge*: Da Capo

Fibrianti I. D. (2009). *Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.* Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Diunduh dari http://webchace.googleuser

Fox, N. A., & Calkins, S. D. (2003). The development of self – control emotion: intrinsic & extrinsic influences. *Motivation & Emotion Journal, 27*(1)*,* 7 – 26.

Ghufron & Risnawita, S.R. (2014). *Teori – teori psikologi.* Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Janssen, T & Carton, J.S. (1999). The effects of locus of control & task difficulty on procrastination. *The Journal of Genetic Psychology,* 160(4), 436-442.

Logue, A. W. (1995). *Self control – waiting until tomorrow for what you want you want today.* New Jersey : Practice Hall

Muhid, A. (2009). Hubungan antara self-control dan self-efficacy dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya*, Jurnal Ilmu Dakwah,* 18 (1), 578.

Purwanti, M & Lestari, S. (2016). Pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik peserta didik Kelas X SMA Negeri 1 Sungai Ambawang. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(8), 1-15.

Ramadhani A. (2016). Hubungan konformitas dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir yang tidak bekerja di Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Mulawarman Samarinda, *Psikoborneo,* 4(3), 507-517.

Sa'dulloh. (2008). *Cara cepat menghafal Alquran.* Jakarta: Gema Insani. Steel,P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic & theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *American Psychological Association, Psychological Bulletin,* 133(1), 65-94.

Surijah, E.A. & Tjundjing. S. (2007). Mahasiswa versus tugas: Prokrastinasi akademik dan conscientiousness. *Anima, Indonesian Psychological Journal,* 22(4), 352-374.

Ursia, N.R., Siaputra I.B., & Sutanto N, (2013). Prokrastinasi akademik dan self control pada ahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Social Humaniora, 17(1):* 1-18.

BAGIAN **DUA**

Determinasi Akhlak terhadap Kondisi Psikologis Manusia

Bab 5

Mengkonstruksi Variabel Akhlak dalam Psikologi Islam

Ahmad Rusdi
Fakultas Psikologi dan Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia
ahmad_rusdi@uii.ac.id

Pendahuluan

Psikologi Islam belakangan ini sudah mulai masuk ke ranah pengukuran psikologi dengan lebih giat. Beberapa penelitian menkonstruksi alat ukur dengan pendekatan Islam. Menjadi suatu pertanyaan, ketika psikologi Barat juga memiliki variabel *gratitude*, *forgiveness*, dan berbagai variabel lain, psikologi Islam juga mengembangkan hal yang sama, seperti variabel kebersyukuran, kemaafan, dan sebagainya. Tentu kebanyakan menjawab ini adalah perkara perbedaan budaya dan tradisi masyarakat muslim dengan masyarakat barat. Namun, jika dianggap demikian, apakah psikologi Islam memiliki variabel yang dibatasi budaya. Dengan demikian, prinsip Islam yang *raḥmah li al-ʻālamīn* akan dipertanyakan.

Perbedaan mendasar antara alat ukur psikologi Barat dan psikologi Islam bukan pada masyarakatnya, melainkan pada

dasar konstruksinya yang berasal dari wahyu dan ajaran Islam. Mengambil dasar konstruksi dari agama sebenarnya bukan menjadi suatu masalah. Contohnya, bagaimana Peterson & Selligman mengembangkan konstruk kekuatan karakter yang salah satu sumbernya adalah pemikiran agama (Niemiec, 2013). Oleh karena itu, pengembangan alat ukur psikologi Islam berdasarkan wahyu Allah, seharusnya tidak menjadi permasalahan.

Banyak kalangan meragukan psikologi Islam dapat dipahami oleh kalangan psikologi secara umum. Psikologi Islam dianggap memiliki dunia sendiri dan tidak terlibat dengan psikologi secara luas dan dianggap memiliki sistem yang tertutup. Kenyataannya anggapan itu tidak seluruhnya benar. Ternyata cukup banyak karya psikologi Islam yang terpublikasi secara internasional. Misanya, bagaimana Amber Haque memperkenalkan pemikiran sarjana muslim kontemporer yang menawarkan psikologi dari perspektif Islam (Haque, 2004). Adanya psikologi Islam sebenarnya mendapat perhatian besar, sampai-sampai muncul kritikan oleh Abu Raiya & Pargament mengenai perkembangan psikologi Islam. Dikatakan bahwa penemuan empirik dan penerjemahan dalam kajian psikologi Islam masih langka. Selain itu, metode dalam beberapa penelitian psikologi Islam masih lemah, sering menggunakan teknik sampling mudah (*convenient*) dan penggunaan metode yang kurang bervariasi (Abu-Raiya & Pargament, 2011).

Mengembangkan pengukuran psikologi Islam merupakan langkah konkret untuk memperkaya basis empirik. Namun, temuan empirik bukan semata-mata tujuan dari pengukuran psikologi. Tujuan pengukuran psikologi lebih tinggi dari sekedar klaim dan bukti ilmiah. Sekalipun hal itu masih menjadi

kelemahan perkembangan psikologi Islam. Namun, tujuan utama psikologi untuk menyelamatkan, mensucikan, dan menyuburkan jiwa manusia tidak boleh dilupakan.

Muḥāsabah: Tujuan Pengukuran Psikologi

Tujuan pengukuran psikologi sebenarnya untuk mengetahui keadaan orang lain, atau keadaan diri sendiri?. Ataukah bertujuan untuk membantu orang lain untuk mengetahui keadaan jiwanya?. Terlepas dari semua itu, tujuang pengukuran psikologi dalam Islam tidak hanya sekedar mengetahui skor, membuat klasifikasi, dan membuat keputusan bagi *user*. Sebagaimana diketahui, psikologi Barat mengembangkan tes psikologi bertujuan untuk memprediksi, melihat kinerja dan sebabnya, dan melihat reaksi (Anastasi & Urbina, 1997). Itu adalah referensi lama. Referensi yang lebih baru mengatakan bahwa tes psikologi berfungsi sebagai alat untuk mengambil kesimpulan dari seorang individu atau grup. Tes psikologi juga berfungsi sebagai produk, karena dapat digunakan secara professional dan dapat dipasarkan. (Urbina, 2004). Pada intinya, pengukuran psikologi selama ini hanya bertujuan untuk mengetahui keadaan psikologi seseorang berdasarkan properti psikometrik. Hal ini bukan salah, ini adalah sesuatu yang sangat baik dan alat ukur psikologi Islam harus bisa mencapai itu.

Penulis berusaha mencari apakah tujuan sebenarnya dari pengukuran psikologi. Ditemukan satu istilah yang juga datang dari konsep Islam itu sendiri, yaitu *muḥāsabah*. Konsep ini bukan ingin menggantikan tujuan pengukuran psikologi sebelumnya, melainkan meningkatkan tujuan itu menjadi lebih bermakna bagi tujuan psikologi itu sendiri, yakni untuk menyelamatkan, mensucikan, dan menyuburkan jiwa manusia.

Mengukur diri adalah hal yang sangat penting. Seseorang tidak akan tazkiyah dan memperbaiki diri kecuali dengan menghitungnya; Orang yang takut kepada Allah akan senantiasa menghitung dirinya; Ketika orang telah menghitung dirinya, maka ini jalan menuju taubat; dan Orang yang tidak muhasabah, cenderung pada keburukan (al-Āyid, T.Th).

Makna dari *muḥāsabah* juga melibatkan pengukuran. Sebagaimana secara bahasa dari akar kata *ḥasaba* yang memiliki makna *al-'add*, yang berarti menghitung. Dapat juga berarti *al-ẓann* yang berarti memperkirakan (*predictive*). Dapat juga berarti *al-kifāyah* yang berarti kesetimpalan. Sebagai contoh kalimat, aku membalas budi fulan (أَحسَبْتُ فلانًا). Dapat juga berarti *al-ḥusbān*, yaitu perhitungan matematis sebagaimana dalam surat al-Raḥmān ayat lima, "matahari dan bulan dengan disertai dengan perhitungan yang matematis"(الشَّمْسُ وَالْقَمَرُ بِحُسْبَانٍ) (Aḥmad, 2002).

Muḥāsabah memiliki kemampuan untuk, menghitung (*al-'add*), memprediksi (*al-ẓann*), mempresisi (*al-kifāyah*), dan membuat skor matematis (*al-ḥusbān*). Menghitung, berarti harus ada unsur yang menjadi hitungan. Di sini perlu elemen atau aspek dari apa yang dihitung. Memprediksi, menggunakan kata *al-zann*, berarti hitungan tersebut tidaklah pasti, hanya perkiraan yang mungkin salah. Mungkin juga eror. Mempresisi berarti *al-kifāyah*, sebisa mungkin alat ukur tersebut memberikan hasil yang setimpal dengan keadaan nyata. Perhitungan matematis atau *al-ḥusbān* diperlukan untuk meningkatkan kualitas pengukuran itu sendiri. Adapun Secara istilah, para ulama mengartikan *muḥasabah* sebagai berikut:

أن يتصفّح الإنسان في ليله ما صدر من أفعال نهاره، فإن كان محمودًا أمضاه وأتبعه بما شاكله وضاهاه، وإن كان مذمومًا استدركه إن أمكن

وانتهى عن مثله في المستقبل

"(*Muḥāsabah*) adalah ketika manusia menelusuri 'di malam hari' berdasarkan apa-apa yang di lakukan 'di siang hari'. Apabila itu terpuji, maka biarlah berlalu, ikuti, dan jalankan terus. Apabila itu tercela, maka dapat diketahui dan dipahami kemungkinan-kemungkinnya. Maka hal itu hentikanlah, jadikanlah contoh apa yang telah berlalu.(al-Māwardī, dalam al-'Āyid)

Berdasarkan definisi dari al-Māwardī, kita bisa memahami bahwa pengukuran bertujuan introspektif. Pengukuran tidak hanya melihat yang buruk saja, namun juga melihat yang baik. Dengan mengukur diri, manusia bisa mengetahui apa yang harus ditinggalkan dan apa yang harus dipertahankan. Definisi lain dari *muḥāsabah* juga dijelaskan sebagai berikut.

هي التثبّت في جميع الأحوال قبل الفعل والترك من العقد بالضمير، أوالفعل بالجارحة؛ حتى يتبيّن له مايفعل ومايترك

"(*muḥāsabah*) adalah menetapkan seluruh keadan sebelum dilakukan atau ditinggalkan, dari perbuatan yang baik hati, atau perbuatan yang tercela. Sehingga, jelaslah perbuatan itu harus dilakukan atau ditinggalkan". (al-Ḥārith al-Muḥāsibī, dalam al-'Āyid)

Berdasarkan definisi tersebut, dapat dipahami bahwa pengukuran bersifat justifikatif. Artinya, pengukuran harus bisa menetapkan suatu perbuatan yang telah dilakukan apakah baik atau buruk, mulia atau tercela, dan harus dilakukan atau ditinggalkan. Di sini kaidah normatif berlaku untuk menentukan perilaku. Namun, perbedaannya adalah, pengukuran psikologi Islam menentukan norma bukan berdasarkan kurva, melainkan syari'at. Definisi dari Ibn al-Qayyim tidak jauh dari al-Muḥāsibī, yang mengatakan bahwa muḥāsabah adalah membedakan sesuatu yang baik pada diri atau dalam keadaan sesuatu yang buruk (التمييز

بين ما له وما عليه). Oleh karena itu, pengukuran dalam psikologi Islam harus bisa memberikan norma yang sesuai dengan syari'at, untuk itu, perlu upaya, keseriusan, kesungguh-sungguhan yang maksimal untuk melakukan pengukuran diri.

Menjadi suatu pertanyaan besar, apakah *muḥāsabah* harus dilakukan secara kuantitatif? Apakah para sahabat Nabi dan para ulama bermuhasabah secara kuantitatif?. Apakah mereka menggunakan alat ukur?. Sampai ada pertanyaan ini, kuantitatif atau kualitatif tidak perlu menjadi dikotomi yang berlebihan. Kembali kepada tujuan awal, yaitu *muḥāsabah* sebagai cara untuk mengetahui diri. Alat ukur hanya alat untuk mempermudah. Dengan adanya alat tersebut, orang akan lebih mudah untuk mengenal dirinya.

Sentral dari *muḥāsabah* adalah diri sendiri. Pada utamanya, orang mengisi alat ukur untuk kepentingan diri sendiri, bukan untuk *user*. Subjek yang mengisi alat ukur tanpa tujuan tersebut, sebaiknya tidak usah mengisi. Prinsip *muḥāsabah*, menjadikan istilah "subjek penelitian" benar-benar sebagai subjek, bukan klise. Banyak ditemui istilah subjek penelitian, namun masih memperlakukan mereka sebagai objek yang diambil datanya, diskor, dianalisis, dan ditemukan hasil penelitian, tanpa mereka tahu bagaimana hasil bagi mereka, kondisi diri mereka, dan apa yang harus mereka lakukan. Penulis dahulu juga melakukan hal demikian, penulis meminta ampun kepada Allah, *nastaghfir Allāh al-'aẓīm*.

Memposisikan subjek sebagai sentral penelitian, membuat kredibilitas jawaban mereka lebih baik. Untuk apa mengisi jawaban secara manipulatif kalau subjek ingin benar-benar tahu kondisi dirinya?. Oleh karena itu, administrasi tes harus menekankan ini pada subjek. Jika tidak ingin melakukan proses *muḥāsabah*, sebaiknya tidak usah mengisi angket.

Mujāhadah: Kesungguhan Metodologi Ilmiah dan Spiritual Amaliyah

Bagian ini sangat penting karena ini adalah bagian yang kurang dari pengembangan psikologi Islam, yaitu kesungguh-sungguhan (*mujāhadah*). Termasuk penulis, karena kekurangannya, belum mampu bersungguh-sungguh secara maksimal untuk menghasilkan alat ukur yang benar-benar baik. Penulis belum bersungguh-sungguh, namun pada bagian ini justru membahas tentang *mujāhadah*, semoga Allah memberikan ampunan.

Mujāhadah ini bukan hanya bagian dari prinsip pengukuran, melainkan semangat dan mental yang seharusnya dimiliki seseorang ilmuwan muslim (*mujāhadah ilmiyah*). Sebagaimana diketahui, berjihad tidak bisa dilakukan sendiri, harus dengan kerjasama, sebagaimana dijelaskan dalam surat *al-Ṣaff*: 4. Perlu upaya, kolaborasi, dan komitmen untuk pengembangan alat ukur psikologi Islam agar bermanfaat di dunia dan akhirat. Ini akan menjawab kritik dari Abu-Raiya & Pargament (2011) bagaimana kualitas data empirik dari penelitian psikologi Islam sangat kurang.

Pada bagian ini, penulis juga ingin menjelaskan bagaimana sikap ilmiah yang seharusnya dimiliki oleh ilmuwan muslim. Menulis, mengkonstruk, meneliti, menganalisis, dan sebagainya, semua bertujuan bukan untuk menghasilkan klaim akademik, melainkan suatu bentuk usaha (*ijtihād*) yang hasilnya dapat benar dapat pula salah. Sikap akademik ini adalah sikap yang humanistik, fitrah manusia adalah salah dan lupa. Manusia tidak selalu benar, dan tidak boleh sombong atas temuan yang dianggap *powerfull* oleh kalangan akademisi. Berikut penulis mencoba menjelaskan tahap usaha (*mujāhadah*) dalam konteks menyusun alat ukur akhlak.

Usaha yang pertama adalah menemukan konstruksi variabel akhlak. Ada dua cara, antara lain: 1) Mencari langsung dari sumber Al-Qur'an dan Sunnah; 2) Menggunakan teori dari ulama; 3) Elaborasi. Ketiga ini akan dijelaskan lebih banyak pada bagian berikutnya.

Usaha yang kedua adalah mendesain konstruk. Usaha yang harus dilakukan antara lain menyusun item. Diperlukan usaha untuk membuat aitem yang baik. Berkonsultasi dengan ahli bahasa, melakukan penelusuran *grounded* untuk menghasilkan aitem pertanyaan yang cocok. Kaidah membuat aitem tentunya harus diperhatikan dengan sebaik-baiknya. Perhatikan aspek-aspek yang disusun apakah sudah psikologis dan menyeluruh. Tentukan apakah variabel tersebut unidimensi atau multidimensi. Semua itu dapat menggunakan metode konstruksi tes yang telah berkembang pada psikologi modern.

Usaha yang ketiga adalah *pilot test.* Penentuan responden harus benar-benar baik. Hindari sampel kemudahan (*convenient sampling*). Perhatikan apakah variabel tersebut melekat pada kondisi subjek tertentu. Sebagai contoh variabel ikhlas. Kita mengetahui bahwa ikhlas memiliki dimensi yang luas, ikhlas dalam beribadah, bekerja, berinfak, belajar, dan sebagainya. Maka, dapat juga peneliti melekatkan variabel ikhlas pada kondisi subjek tertentu, misalnya ikhlas dalam bekerja. Maka, sampel yang harus digunakan tentunya pekerja. Pada pemilihian sampel, peneliti harus berusaha menentukan sampel yang utuh, pembatasan populasi sangat penting karena sumber daya peneliti juga terbatas. Namun, prinsip kebersungguhan (*mujāhadah*), menuntut penelitian berkelanjutan agar alat ukur dapat digunakan untuk kalangan yang lebih luas.

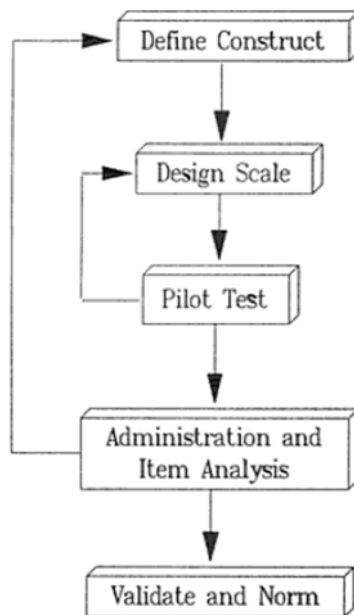
Usaha yang keempat adalah analisis data. Berbagai macam model analisis telah berkembang, mulai dari model EFA, CFA,

SEM, dan RASCH, semua dapat digunakan secara sungguh-sungguh untuk mengetahui bagaimana kualitas dari alat ukur tersebut. Perlu diketahui, tidak ada model yang sempurna. Statistik sebagai teknik dasar semua model, justru menunjukkan bahwa segala pengukuran pasti ada kekurang. Tidak mungkin ada koefesien yang sempurna. Namun, sebagai seorang yang bersungguh-sungguh, maka kekurangan tersebut harus selalu diperbaiki.

Usaha yang kelima adalah validasi. Melakukan validasi bukanlah menjustifikasi alat ukur ini valid atau tidak. Validitas bersifat tidak terbatas, validitas bukan batas koefesien, validitas adalah bukti. Pengujian ulang, konkurensi, dan diskriminasi dengan alat ukur lain harus terus dilakukan untuk memberi bukti bahwa alat ini punya kualitas yang semakin baik.

Usaha yang keenam adalah penormaan. Mungkin nanti akan ada istilah lain yang lebih tepat dari penormaan. Karena akhlak baik atau buruk bukan dilihat dari norma statistik saja, batasan akhlak baik dan buruk adalah syariat. setidaknya, ada lima cara pandang melihat sesuatu itu baik atau buruk, sehat atau sakit. 1) paradigma normalitas; 2) Paradigma positif, 3) Paradigma simptom; 3) Paradigma orientasi; 4) Paradigma keseimbangan. Paradigma normatif tentu saja berstandar pada norma masyarakat, normalitas menjadi acuan untuk menentukan. Pendekatan kurva normal sangat diandalkan melalui paradigma ini. Paradigma positif, melihat sesuatu hanya gejala positif saja. Akhlak yang baik berarti banyaknya perilaku baik yang muncul. Akhlak buruk berarti sedikit perilaku baik yang muncul. Paradigma simptom, melihat akhlak dari penyakitnya. Semakin sakit maka dianggap berakhlak buruk, semakin sedikit gejala penyakit dianggap berakhlak sehat. Paradigma orientasi meihat

suatu perilaku apakah arahnya kepada Allah atau kepada dunia. Sedih karena Allah adalah sehat, cemas karena Allah adalah sehat dan baik. Sebaliknya, sedih dan cemas karena dunia adalah sakit dan buruk. Begitu juga cinta kepada Allah adalah sehat, dan cinta kepada dunia adalah buruk. Paradigma keseimbangan melihat baiknya seseorang ketika memiliki sifat seimbang, tidak berlebihan dan berkekurangan. Bodoh adalah akhlak buruk. Berlebihan cerdas tanpa aturan menjadi licik. Di tengahnya adalah bijak. Akhlak ini paling baik (*faḍā'il*) karena keseimbangannya. Konsep keseimbangan ini telah dijelaskan sangat lengkap oleh Ibn Miskawaih dalam kitab *Tahdhīb al-Akhlāq*.

Tahap pertama sampai keenam penulis rancang berdasarkan konsep *major steps to developing a summated rating scale* yang dikemukakan oleh Spector yang digambarkan pada bagan berikut (Spector, 1992).

Tahap tersebut merupakan upaya metodologis yang harus dilakukan untuk mengupayakan alat ukur yang baik. Setelah tahap itu, maka pendekatan supra-metodologi diterapkan, agar variabel yang dieksplorasi menjadi pemahaman spiritual bagi peneliti maupun subjek penelitian. Maka, penelitian akan memasuki tahapan introspeksi (*i'tirāf*).

Usaha ketujuh adalah tahap introspeksi. Memahami variabel tidak boleh berhenti sampai mendapat skor, analisis, dan hasil saja. Peneliti dan subjek penelitian harus merasakan, mengintrospeksi, dan merenungi langsung variabel yang dikaji. Tidak hanya membahasa tentang ikhlas, syukur, sabar, dan sebagainya, kemudian menulis laporan penelitian. Namun, harus dilanjutkan sampai tahap introspeksi, sejauh mana dirinya telah bersyukur, sabar, dan sebagainya. Alat ukur dapat membantu untuk merenugi itu semua. Subjek penelitian diajak untuk sama-sama berintrospeksi, sebagaimana tujuan awal menjadi subjek penelitian adalah untuk *muḥāsabah* diri.

Usaha kedelapan adalah tahap perbaikan diri (*iṣlāh al-nafs*). Jika diketahui ada kekurangan, seperti ada akhlak buruk yang menjangkit dalam hati, atau rendahnya kebaikan dalam diri, segera diperbaiki. Bagaimanakah caranya bersyukur, bersabar, memaafkan, menyembuhkan penyakit hati, dan sebagainya, harus dipelajari lebih lanjut. Telah banyak di dalam kitab para ulama bagaiamana metode (*kaifiyāt*) melakukan itu semua. Penyembuhan penyakit (*al-'ilāj*) sangat banyak di dalam kitab *Iḥyā 'Ulūm al-Dīn* karya al-Ghazālī, dan ulama lain juga tentunya banyak menulis tentang penyembuhan penyakit hati.

Usaha kesembilan adalah tahap penyuburan diri (*tazkiyah al-nafs*). Ini adalah level terakhir yang dapat dijelaskan. Level selanjutnya tidak sanggup dijelaskan oleh penulis. Level ini

beririsan dengan *iṣlāḥ al-nafs* (pen-salihan diri). Namun di dalam penyuburan diri tidak hanya menjadi salih, tapi juga menjadi subur dan berkembang variabel kebaikan di dalam diri. Sampai level ini, individu akan memahami, bagaimana rasanya bersyukur, bersabar, dan sebagainya secara nyata dan terbuka (*kashfan*). Pengalaman spiritual ini dapat menjadi evaluasi untuk merancang variabel. Itulah yang dilakukan para sufi, mengalami sendiri apa yang dirasakan, kemudian menuliskannya, sampai tulisan tidak bisa mengungkapkannya, maka mereka membuat syair dan karya seni lain yang lebih mendekati pengalaman keindahan.

Menjadi pertanyaan besar, adakah konstruksi variabel yang pernah dilakukan dengan cara demikian. Penulis sampai saat ini belum mengetahui, karena tahap ketujuh sampai kesembilan merupakan area terdalam dari diri seseorang. Namun, jika melihat karya para ulama terdahulu, dalam mengkonstruksi variabel dan menjelaskannya, mereka dapat memberikan pemahaman yang sangat dinamis. Contohnya, dalam kitab *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn,* akan dijumpai banyak sekali variabel akhlak, tidak hanya mengungkapkan dalil, namun sangat banyak penjelasan dinamika psikologis yang tidak mungkin bisa ditulisnya tanpa mengalami perjalanan spiritual. Suatu penjelasan yang sangat menjelaskan perilaku batin yang tidak mungkin ditulis hanya dengan mengamati orang lain. Ilmu dan amal, hati dan anggota badan, ketika disatukan, maka akan menghasilkan suatu pemahaman yang bisa disebut cahaya dari Allah. Oleh karena itu, ilmu yang didasari wahyu, akan dibahas pada bagian selanjutnya.

Wahyu sebagai Dasar Konstruksi Variabel Akhlak

Pertanyaan klasik yang selalu muncul dan masih saja dipertanyakan, yaitu, apakah wahyu dapat dijadikan sumber

pengetahuan. Tentu saja sudah sering didengar bagaimana teori kebenaran korespondensi, konsistensi, pragmatisme, dan revelasi (wahyu). Yang menjadi permasalahan, kebenaran wahyu terkadang tidak bisa dibuktikan secara rasio. Namun, kebenaran tetaplah kebenaran, sepanjang zaman, manusia menggunakan wahyu untuk mencari kebenaran. Penulis tidak akan berpanjang lebar mendiskusikan ini, beberapa tulisan dapat membantu untuk memahaminya, seperti *Belonging to the universe: Explorations on the frontiers of science and spirituality* karya Capra, Steindl-Rast, & Matus, (1992); *Revelation* karya Swinburne, (1992). Apapun itu, pada bagian ini, peneliti mencoba untuk menjelaskan bagaimana wahyu digunakan untuk mengkonstruksi variabel akhlak.

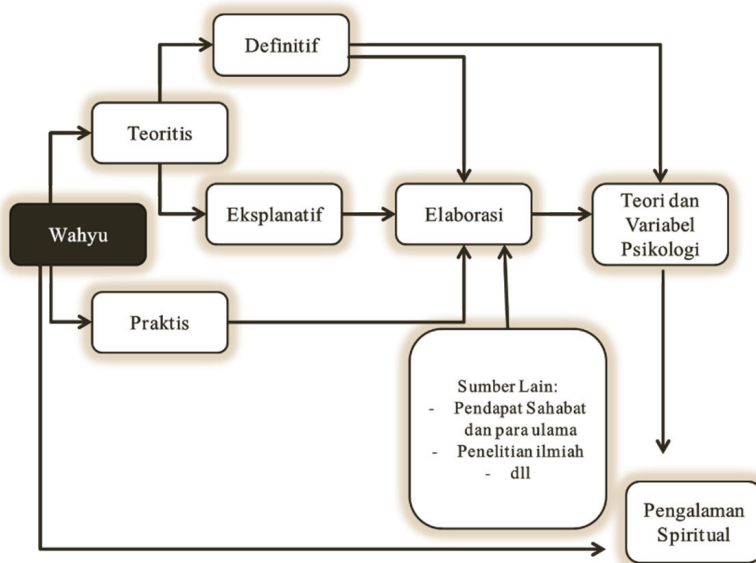
Penjelaskan kali ini akan diawali dengan wahyu tekstual sebagai dasar konstruksi. Artinya, naskah Al-Qur'an dan hadits akan menjadi dasar dari konstruksi variabel. Menggunakan naskah sebagai pembacaan atas realitas sering disebut pendekatan hermeunetika. Disebut apapun itu, naskah Al-Qur'an dan hadis tidak bisa dilepaskan sebagai sumber (*maṣādir*) ajaran Islam. Ajaran ini dapat diterapkan secara langsung dan menurunkannya menjadi teori, tokohnya seperti Ibn al-Qayyim, atau secara tidak langsung, dengan menemukan dasar teori sendiri, namun masih bersesuaian dengan Al-Qur'an, tokohnya seperti Ibn Miskawaih.

Posisi ulama sangat penting untuk memperkaya diskursus variabel tersebut. Dengan adanya diskursus tersebut, maka akan mempermudah untuk memahami suatu konstruk variabel. Lihat bagaimana Ibn al-Qayyim menjelaskan aspek-aspek sabar dengan detail dalam kitabnya *'Uddah al-ṣābirīn wa dakhīrah al-shākirīn*, sabar dijelaskan secara psikologis dan langsung dapat digunakan sebagai dasar konstruksi. Bukan berati peneliti tidak mau mengulang kajian, melainkan ini adalah bangunan pengetahuan

yang dapat memperkuat suatu kajian. Silahkan jika ingin mengulang kajian tentang aspek sabar, itu artinya kajian tersebut berencana untuk merekonstruksi atau bahkan mendekonstruksi teori sebelumnya, dan itu boleh-boleh saja. Ibn al-Qayyim melakukan kajian berdasarkan naskah Al-Qur'an dan hadis secara direktif. Artinya, menggunakan teori Ibn al-Qayyim, sama saja bersandar kepada Al-Qur'an dan hadis.

Beberapa variabel terkadang sangat eksplisit secara langsung dan teoritik dijelaskan dalam naskah Al-Qur'an dan hadits. Contohnya, hadis yang berbunyi "sombong adalah menolak kebenaran dan merendahkan manusia" (الْكِبْرُ بَطَرُ الْحَقِّ وَغَمْطُ النَّاسِ) merupakan hadis teoritik yang eksplisit, bahkan di dalamnya terdapat aspek dari sombong. *Naṣ* seperti ini dapat langsung diturunkan menjadi dasar konstruksi psikologi. Namun, tidak semua variabel membentuk suatu aspek dijelaskan dalam Al-Qur'an atau Hadis, bahkan para ulama belum mengkonstruksi aspek-aspeknya. Contohnya, penulis pernah mencoba untuk merancang alat ukur *Taṭma'inn al-qulūb* (ketenangan hati). Ketika mencari literatur untuk menemukan aspeknya, sangat sulit ditemukan. Sehingga, penulis mencoba melakukan penelusuran mengenai *taṭmain al-qulūb*. Penelusuran dimulai dari istilah itu muncul, yaitu dalam ayat Al-Qur'an. Kemudian, penjelasan ayat tersebut ditelusuri, tentu saja melalui kitab kitab tafsir. Kemudian, dengan elaborasi dari berbagai penafsiran, disimpulkan bahwa ketenangan hati terdiri dari dua aspek yaitu kedamaian (*al-sukūn*) dan keyakinan (*al-yaqīn*) (Rusdi, 2016).

Perlu diketahui bahwa kesimpulan yang dibuat mungkin salah. Apa yang dipahami dari Al-Qur'an dan hadis mungkin tidak mutlak benar. Apa yang penulis pernah konstruk belum tentu benar, bahkan penulis sendiri menemukan kesalahan.

Harus dipahami, bahwa Al-Qur'an dan hadis adalah mutlak kebenarannya. Adapun interpretasi manusia bersifat relatif kebenarannya. Dengan demikian, menjadikan wahyu sebagai konstruksi variabel bukan berarti teori tersebut mutlak benar. Inilah yang sering dikhawatirkan beberapa kalangan yang meragukan penggunaan wahyu dalam ilmu pengetahuan, khawatir teori itu harus benar. Padahal, para ulama sering berdebat mengenai suatu pembahasan. Hal ini menunjukkan bahwa interpretasi manusia tidak mungkin mutlak kebenarannya. Itulah mengapa ini bersesuaian dengan konsep *ijtihād*. Mengilmui sesuatu bukan untuk mengklaim kebenaran, melainkan berusaha untuk mencari kebenaran. Oleh karena itu, penelitian lain yang tidak berdasarkan wahyu bukan berarti tidak benar. Usaha apapun untuk mempelajari ilmu pasti ada unsur kebaikanya (*salīmah*). Maka, posisi penelitian lain dapat menjadi diskursus mengenai apa yang diteliti. Antara konsep *gratitude* dan syukur, *hope* dan *rajā, forgiveness* dan *al'afwu*, dan sebagainya memang tidak akan bisa sama mutlak. Bahkan, secara bahasa pun memiliki akar kata yang berbeda sehingga akan menghasilkan pemahaman yang berbeda. Namun, keduanya ada esensi yang bersesuaian yang dapat mengalami proses tukar menukar informasi. Bukan berarti melakukan ayatisasi, melainkan terjadinya diskusi antara satu pandangan dengan pandangan lain. Berikut penulis mencoba untuk merancang skema konstruksi variabel melalui wahyu.

Dapat diketahui bahwa penelitian lain berperan penting dalam memberikan informasi sebagai bahan elaborasi. Sederhana saja, penggunaan metode psikometri yang bukan berdasarkan wahyu sering digunakan untuk mengembangkan alat ukur psikologi Islam dan ini tidak ada masalah, karena pada dasarnya, mengilmui sesuatu adalah suatu usaha untuk mencari kebenaran yang lurus.

Mengklasifikasi Variabel Akhlak

Supaya dapat menglaksifikasi variabel akhlak, perlu dilihat apa definisi dari akhlak itu sendiri. Secara bahasa, akhlak berasal dari huruf (خ ل ق). Jika dibaca *khuluq* berarti *al-sajiyah* (*nature*). Disebut demikian karena seseorang ditakdirkan tertentu secara natural. Jika dibaca *al-khalāq* berarti *al-naṣīb* yang dapat diartikan ketentuan, kadar, porsi (Aḥmad, 2002). *Khuluq* juga bisa diratika *al-taqdīr* (ketentuan), maksudnya ketentuan seseorang pada

wujudnya oleh sang *khāliq*. *al-Khuluq* juga bisa diartikan *al-ṭabī'ah* (cetakan) atau *al-sajiyah* (ciptaan *natural*), secara hakikat diartikan sebagai rupa manusia pada sisi batin di dalam jiwanya, dan sifatnya, dan esensinya yang bersifat khas yang terbentuk secara nampak (صورة الإِنسان الباطنة وهي نفْسه وأَوصافها ومعانيها المختصةُ بِها بمنزلة الخَلْق لصورته الظاهرة). Maka, akhlak tidak bisa dipisahkan dari konsep penciptaan (Manẓūr, 1996). Dengan demikian, bagaimana mungkin mengkaji akhlak tanpa melihat informasi dari Sang Pencipta melalui Al-Qur'an dan hadis. Oleh karena itu, akhlak tidak berbicara bagaimana akhlak seseorang, melainkan bagaimana seharusnya akhlak manusia sesuai dengan keinginan Penciptanya. Yang menentukan akhlak baik dan buruk bukanlah manusia, melainkan Allah telah menjelaskannya, mana akhlak yang terpuji dan mana yang tercela. Adapun akhlak secara istilah didefinisikan oleh al-Ghazālī sebagai berikut:

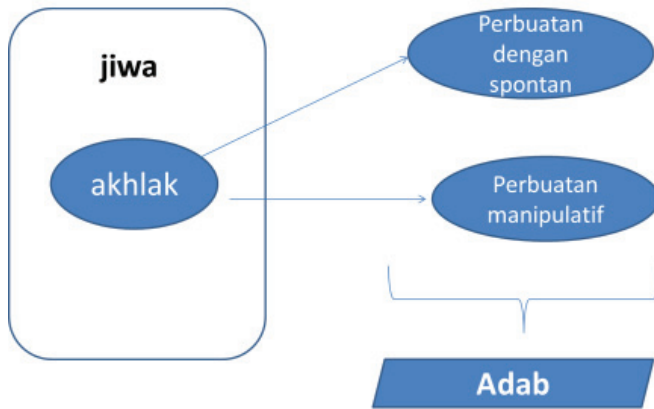
الخُلُق عبارة عن هيئة في النفس راسخة، عنها تَصدُر الأفعال بسهولة ويُسرٍ من غير حاجة إلى فِكْر ورويَّة

"*Akhlak adalah bentukan (bangunan) di dalam jiwa yang bersifat teguh. Darinya muncul perilaku yang mudah, spontan, tanpa pikir ke depan, tanpa pikir yang telah berlalu*"

Definisi ini merupakan teori yang telah mapan dalam ilmu akhlak. Berbagai ulama klasik maupun modern merujuk pada definisi ini. Definisi ini juga sangat psikologis karena melibatkan fungsi kejiwaan di dalamnya. Definisi ini mirip dengan yang dijelaskan oleh Ibn Miskawaih, akhlak yaitu kondisi kejiwaan yang mengajak kepada perbuatan tanpa merenung dan berpikir yang telah lalu (الخلق حال للنفس داعية لها إلى أفعالها من غير فكر ولا روية). kemudian, bagaimana perbedaan akhlak dengan adab. Berikut ini penulis mengutip pendapat berikut:

الخلق يطلق على السجية وما يصدر من داخل المرء.........
أما الآداب فهي أعمال وأقوال مسنونة يتكلّفها المسلم ليتزيّن بها،.......

"Akhlak bertolak dari sifat seseorang yang berasal dari internal. Adapun adab, yaitu perbuatan dan perkataan. Bagi seorang muslim dibebankan untuk beradab dari perbuatan dan ucapan yang disunahkan untuk menghiasi dirinya" (al-'Arawī)

Berdasarkan definisi tersebut, berikut ini penulis mengilustrasikan akhlak sebagai berikut.

Akhlak bertempat di dalam jiwa. Akhlak di-*genre* kan sebagai suatu bangunan (*al-hai'ah*) yang mungkin terbentuk dari keseharian, atau bisa jadi terpengaruh dari cetakan lahir (*al-ṭabī'ah*). Dalam psikologi modern, dikenal dengan istilah *nature* dan *nurture*. Berdasarkan akar kata dan definisi istilahnya, nampaknya akhlak terbentuk dari keduanya. Akhlāq juga bersifat mengakar (*rāsikhah*) yang berarti mapan, solid, dan teguh (*thābit*) (Manẓūr, 1996). Artinya, akhlak lebih cenderung menetap. Sekalipun dapat berubah, bisa secara perlahan dan membutuhkan

usaha yang besar. Akhlak juga merupakan sumber perilaku (*taṣdur ʻanhā al-afʻāl*). Namun, tidak semua perilaku berasal dari akhlak dirinya, hanya perilaku tertentu. Perilaku yang bersifat spontan (*suhūlah*), mudah (*yusr*), tanpa pikir ke depan (*bi ghoirī ḥājah*), tanpa merenung (*ilā fikr*), dan tanpa melihat ke belakang (*wa riwāyah*) merupakan perilaku yang bisa mengindikasi akhlak seseorang. Perilaku yang manipulatif, dengan pikir ini itu, tentu saja bukan lahir dari akhlak. Oleh karena itu, penting dalam penyusunan item, responden harus menjawab secara spontan dan cepat. Nampaknya teknik ini sudah digunakan oleh tes psikologi modern.

Jika akhlak berada di dalam jiwa, bersifat internal, dan mengakar di dalamnya. Maka adab berada di dalam ucapan dan perbuatan, berifat eksternal, dan mungkin dimanipulasi. Seseorang bisa saja berbicara santun, namun di hatinya benci. Dengan demikian, peneliti harus bisa mengklasifikasi dan membedakan mana adab dan mana akhlak. Hasad adalah akhlak adapun ucapan kasar adalah adab. Sombong adalah akhlak, menghina adalah adab. Cinta dunia adalah akhlak, makan berlebihan adalah adab. Begitulah kira-kira posisi akhlak dan adab.

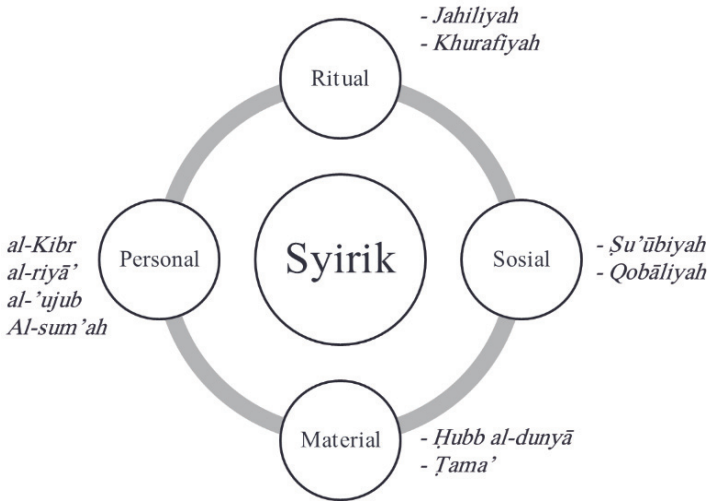
Para ulama memiliki cara tersendiri dalam mengklasifikasi akhlak. Misalnya al-Ghazālī, dalam *Iḥyā' ʻUlūm al-Dīn* mengkaslifikasi empat kajian, yaitu ibadah (*rubu' al-ʻibādah*), adat (*rubu' al-ādah*), yang membinasakan (*rubu' al-muhlikāt*), dan yang menyelamatkan (*rubu' al-munjiyāt*). Kajian akhlak di dalamnya ada pada bab yang membinasakan, di dalamnya terdapat kajian tentang akhlak yang buruk (*al-akhlāq al-madhmūmah*) dan akhlak yang baik (*al-akhlāq al-maḥmūdah*). al-Ghazālī mengistilahkannya dengan membinasakan dan menyelamatkan, karena ini bukan semata buku teoritik, melainkan buku aplikatif. Adapun Ibn

Miskawaih berbeda dalam mengklasifikasi akhlak, berikut table ringkasannya.

Tabel 1. *Akhlak menurut Ibnu Miskawaih*

al-'Iffah	*al-Shajā'ah*	*al-Sakhā'*	*al-'adālah*
Al-hayā' (malu)	Kibr al-nafs (berjiwa besar)	Al-karam (murah hati)	Al-sidqah (jujur)
Al-da'ah (semangat)	Al-najdah (penyelemat)	Al-īthar	Ṣilah al-raḥīm
Al-sakhā' (dermawan)	'aẓm al-himmah (motivasi tinggi)	(mendahulukan orang lain)	
Al-hurriyah (mandiri)	Al-thabāt (teguh pendirian)	al-nail (gemar menolong)	Al-mukafa'ah (balas budi)
Al-damāthah (pemurah)	Al-ṣabr	Al-muwāsāh (rela berkorban)	Ḥusn al-shirkah
Al-intiẓām (teratur)	Al-hilm (santun lembut)	Al-samāḥah (toleransi)	Ḥusn al-qaḍā
Husn al-hudā	'adam al-ṭish (tidak ceroboh)		Al-tawadad (santun)
Al-musālamah (peacefull)	Al-shahāmah (kepahl-awanan)		Al-'ibādah
Al-wiqār (mena-han diri dari kesia-siaan)	Iḥtimāl al-kidd (mampu menahan beban)		Tark al-ḥiqd
Al-wara' (berhati-hati)			Mukafa'ah al-sharr bi al-khoir
Al-ṣabr			Isti'māl al-laṭf
			Al-murū'ah

Konsep akhlak menurut Ibn Miskawaih berpendekatan pada keseimbangan jiwa. Semua daftar akhlak di atas adalah hasil dari pada jiwa yang seimbang. Namun, ada akhlak yang memiliki tingkatan yang lebih tinggi, yaitu *al-iffah* (kesucian diri), *al-shajā'ah* (keberanian), *al-sakhā* (dermawan), dan *al-'adālah* (adil). Adapun dari akhlak itu memiliki turunan. Adapun keadilan merupakan akhlak sentral.

Penulis juga berpendapat bahwa akhlak memiliki tingkatan. Contohnya, syirik lebih tinggi keparahannya dibandingkan *riyā'*. Sombong lebih parah dibandingkan *'ujub*. Akhlak juga membentuk kaitan antara satu dengan yang lainnya dan memuat tingkatan di dalamnya. Sebagai contoh diilustrasikan pada bagan berikut.

Syirik sebagai pusat segala dosa, menyebabkan berbagai akhlak buruk turunanya. Dan mungkin saja antara satu akhlak dengan akhlak lain menghasilkan akhlak baru. Misalnya, hasad merupkana hasil gabungan antara kesombongan dengan keduniawian. Ketika orang hasad, maka tidak ingin ada yang menyainginya atas dunia yang dimilikinya. Begitupula akhlak baik juga terjadi tingkatan dan membentuk hubungan tertentu. Sebagai contoh diilustrasikan sebagai berikut.

Rida merupakan variabel sentral dari sabar, tawakal, kemaafan, syukur, dan kona'ah. Itu semua adalah variabel yang saling terkait dan dipertemukan pada satu titik, yaitu rida. Mengenai alat ukur tersebut, penulis sedang mengembangkannya dan masih banyak yang harus diperbaiki.

Kesimpulan

Variabel akhlak telah banyak dikaji oleh para ulama. Mengambil dasar teori dari para ulama merupakan cara untuk mengkonstruksi variabel akhlak. Setelah dikonstruksi dan dijadikan instrumen ukur secara sungguh-sungguh, alat ini digunakan untuk muhasabah diri. Hal ini menjadi kontroversi karena muhasabah diri bukan urusan akademis. Namun, penulis tidak mungkin melepaskan persoalan ini karena alat ukur dibuat agar bermanfaat baik di dunia maupun akhirat.

Banyak kekurangan dalam tulisan ini, salah satunya adalah ketidakkonkritan. Tulisan ini belum menjelaskan cara konkrit melakukan konstruksi variabel akhlak sebagaimana yang

dikonsepkan. Tulisan ini juga nampak mencampuradukan ranah akademis dan ranah spiritual-personal. Selain itu, tulisan ini juga sangat kurang dalam *literature review*. Kekurangan dalam tulisan ini semoga dapat diperbaiki bersama secara sepadan sehingga lebih membawa manfaat yang luas. Tulisan ini merupakan suatu bentuk ide dan gagasan yang sangat mungkin keliru. Menawarkan gagasan yang baru dengan mengadaptasi beberapa gagasan lama, namun belum menunjukkan usaha sungguh-sungguh di dalamnya. Mudah-mudahan penulis dapat lebih berusaha maksimal agar menghasilkan gagasan yang lebih bermanfaat.

Daftar Pustaka

Abu-Raiya, H., & Pargament, K. I. (2011). Empirically based psychology of Islam: summary & critique of the literature. *Mental Health, Religion & Culture, 14(2)*, 93-115.

Aḥmad, A. a.-H. (2002). *Maqāyīs al-lughah.* T.Tp: Ittiḥād al-Kitāb al-'Arab.

al-'Arawī, A. B. (T.Th). *Mā al-farq bayn al-adab wa al-akhlaq.* Retrieved Mei 16, 2017, from al-Alūkah Majlīs al-'Ilm: http://majles.alukah.net/t36883/

al-Āyid, '.-R. b. (T.Th). *Muḥāsabah al-Nafs.* Retrieved Mei 17, 2017, from Al-Mausū'ah al-Shāmilah: http://islamport.com/w/amm/Web/5227/3.htm

al-Ghazālī, A. H. (n.d.). *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn.* al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.

al-Jauziyah, I. Q. (1989). *'Uddah al-ṣābirīn wa dakhīrah al-shākirīn.* Damaskus: Dār ibn Kathīr.

Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). *Tes Psikologi.* Jakarta: Prenhallindo.

Capra, F., Steindl-Rast, D., & Matus, T. (1992). *Belonging to the universe: Explorations on the frontiers of science & spirituality.* SanFrancisco: Harper.

Haque, A. (2004). Psychology from Islamic perspective: contributions of early Muslim scholars & challenges to contemporary Muslim psychologists. *Journal of Religion & Health, 43*(4), 357-377.

Manẓūr, I. (1996). *Lisān al-'Arab.* Beirut: Dār Ṣādir.

Miskawaih, I. (n.d.). *Tahdhīb al-Akhlāq.* al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.

Niemiec, R. M. (2013). VIA character strengths: Research & practice (The first 10 years). In H. H. Knoop, & A. D. Fave, *Well-being & cultures: Perspectives on positive psychology* (pp. 11-30). New York: Springer.

Rusdi, A. (2016). Efektivitas salat taubat dalam meningkatkan ketenangan hati. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami, 2*(2), 94-116.

Spector, P. E. (1992). *Summated rating scale construction : An introduction sage university papers series. quantitative applications in the social sciences.* Iowa City: Sage Publications, Inc.

Swinburne, R. (1992). Revelation. *the series Studies in Philosophy & Religion, 16,* 115-130.

Urbina, S. (2004). *Essentials of psychological testing.* New Jersey: John Wiley & Sons, Inc., Hoboken.

Bab 6

Citra dan Kepribadian Manusia dalam Perspektif Psikologi Kontemporer dan Psikologi Islam

Meta Malihatul Maslahat
IAIN Kudus, Tasawuf Psikoterapi, Kudus
metamaslahat@iainkudus.ac.id

Pendahuluan

Manusia adalah makhluk unik berdimensi heterogen yang menarik dikaji oleh semua bidang keilmuan terutama ilmu-ilmu sosial kemanusiaan. Menurut Posmodernisme, pengkajian manusia yang dilakukan oleh ilmu-ilmu sosial kemanusiaan memberikan kesan bahwa manusia adalah makhluk yang dapat diotak-atik oleh siapapun. Manusia seolah-olah kehilangan peran, karena eksistensinya telah sekarat dan mati *(man is dead or dying).* Oleh karena itu, untuk memahami konsep manusia secara holistik perlu dilakukan berbagai pendekatan, karena dengan pemahaman yang holistik maka akan ditemukan metode penelitian dan perlakukan yang pantas terhadap manusia itu sendiri (Ancok dan Suroso, 2011, hal. 152–153).

Dalam sejarahnya, kajian mengenai manusia telah ada sejak zaman filosof Yunani Purba, Socrates (468-399). Socrates adalah seorang filsuf yang memiliki pandangan berbeda dengan para filsuf sebelumnya yang umumnya mencoba mencari hakikat alam semesta *(macrocosmos),* sedangkan Socrates mencoba untuk membuka tabir misteri hakikat manusia dan kemanusiaan *(microcosmos).* Oleh karenanya, tema sentral ajaran Socrates terangkum dalam semboyan *"Gnoti Theauton"* (kenali diri). Motto ajaran Socrates tersebut terus berkembang sampai saat ini, hal ini terbukti dengan pernyataan Alexis Carrel dalam buku *Man, The Unknown* yang mengatakan bahwa realitas manusia dan kemanusiaan tidak akan pernah terbuka tuntas oleh berbagai ilmu pengetahuan. Hal ini dikarenakan manusia merupakan makhluk majemuk yang mengandung rahasia (Carrel, 1939, hal. 1).

Usaha untuk menjawab misteri manusia "apa dan siapakah manusia?" terus menarik perhatian untuk dikaji baik secara konteks keilmuan murni maupun konteks operasional sehingga menjadi corak wacana filsafat manusia yang disebut *Anthropo-Philosophy* atau *Menschanschauung* (Mubarak, 2014, hal. 44). Salah satu disiplin ilmu yang mengkaji manusia baik secara konteks keilmuan murni maupun konteks operasional adalah ilmu psikologi.

Pada mulanya, psikologi berasal dari kata Yunani *"psyche"* yang artinya jiwa dan *"logos"* yang artinya ilmu. Jadi, secara etimologi psikologi adalah ilmu jiwa. Adapun tokoh yang mengartikan psikologi sebagai ilmu jiwa yaitu para filsuf Yunani di antaranya Plato (427-347 SM) dan Aristoteles (384-322 SM). Sementara itu, Wilhelm Wundt seorang psikolog eksperimental yang pertama kali mendirikan laboratorium psikologi di Universitas Leipzig, Jerman mengartikan psikologi sebagai ilmu pengetahuan yang

mengkaji mental, seperti pikiran, perhatian, persepsi, intelegensi, kemauan dan ingatan. Sementara itu, John Broades Watson berargumen bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan tentang perilaku organisme (Mujib, 2001, hal. 1).

Theodore Millon dan Marvin J. Lerner dalam buku *Handbook of Psychology* juga mengatakan bahwa sejak tahun 2000-2010 psikologi lebih menitikberatkan pada pembahasan perilaku. Oleh karenanya, tahun ini psikologi disebut sebagai *"Decade of Behaviour"* yang mana semua pembahasannya tidak terlepas dari perilaku (Theodore Millon and Marvin J. Lerner, 2003, hal. VII). Pembahasan psikologi yang fokus perhatiannya hanya pada soal perilaku yang nampak, mengakibatkan biasnya pemahaman terhadap hakikat manusia. Oleh karenanya, dapat disimpulkan bahwa *"semakin simplisistis psikologi diartikan maka semakin bias hakikat manusia dipahami para ilmuwan"* (Ancok dan Suroso, 2011, hal. 66).

Para psikolog kontemporer hanya meneliti perilaku manusia yang terlihat dan menegasikan pembahasan yang berdimensi batiniah *(esoterik)* yaitu makna dari psikologi itu sendiri yang berarti "ilmu jiwa" (Theodore Millon and Marvin J. Lerner, 2003, hal. VII). Psikologi yang seharusnya meletakan konsep jiwa sebagai dasar epistemologi, namun kenyataannya banyak diantara mereka yang telah mengabaikan dan menegasikan agama yang berdimensi metafisik seperti konsep *ruh, qalb,* dan *nafs.* Menurut Salisu Shehu, penegasian terhadap agama yang berdimensi metafisik dilatarbelakangi oleh filsafat empirisme dan positivisme yang berkembang di Barat. Dengan demikian, corak psikologi yang berkembang di sana lebih bersifat materialistik dan cenderung sekuler (Shehu, 2013, hal. 42).

Para psikolog modern secara fundamental memandang manusia sebagai makhluk materi yang tidak memiliki dimensi metafisik sehingga kajian jiwa yang sesungguhnya tidak dikaji sedikitpun (Hanna Djumhana Bastaman, 2011, hal. 49–54). Oleh karena itu, Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir menilai bahwa para psikolog modern sebenarnya sedang mengkaji “ilmu jiwa tanpa konsep jiwa” (Mujib, 2001, hal. 3).

Berdasarkan fakta ini, Rene Guenon menyatakan bahwa psikologi yang berkembang di Barat telah gagal mengkaji eksistensi manusia dan kepribadiannya. Hal ini dikarenakan kajian-kajian dalam psikologi telah keluar dari dasar epistemologi, sehingga banyak manusia modern saat ini yang mengalami ketidakberdayaan karena semakin hari semakin jauh dari nilai kebenaran (Rene Guenon, 2001, hal. 8–20). Menurut Rollo Reese May, ketidakberdayaan yang dialami oleh manusia modern tidak lain karena ketidaktahuannya akan siapa dirinya dan apa tujuan hidupnya. Ketidaktahuan akan eksistensi diri dan orientasi hidup inilah yang kemudian menyebabkan munculnya gangguan psikologis seperti kehampaan, *meaningless,* dan kekosongan spiritual (Feist dan Feist, 2009, hal. 342–343).

Gangguan psikologis yang dialami manusia modern, salah satu penyebabnya adalah karena para psikolog telah memutuskan hubungan kajian psikologinya dengan dimensi religius-metafisis yang bersumber dari Tuhan. Para psikolog modern mengalihkan kajiannya pada benda-benda materi, sehingga psikologis manusia menjadi kering dan tidak sejahtera karena jiwa mereka tidak dapat mereguk energi dari sumber-Nya (Ali, 2012, hal. 206). Namun demikian, tidak semua psikolog memutuskan kajian psikologinya dengan dimensi metafisis-spiritual, karena Viktor E. Frankl yang

termasuk ke dalam aliran psikologi humanistik, dengan ajaran Logoterapi-nya justru ingin mengembalikan citra manusia yang seutuhnya yaitu manusia yang berdimensi lahiriah dan batiniah yaitu fisik, psikis, dan nöetic (Bastaman, 2007, hal. 1–50).

Menanggapi persoalan di atas, Malik Badri seorang psikolog muslim dari Sudan yang menggagas lahirnya Psikologi Islam sebagaimana yang dikutip oleh Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, menganjurkan kepada para psikolog terutama psikolog Muslim untuk mempelajari psikologi humanistik terutama ajaran Logoterapi yang dibawakan oleh Viktor E. Frankl. Malik Badri berargumen bahwa prinsip mazhab psikologi humanistik ini memiliki kesesuaian dengan Islam maupun pandangan masyarakat Timur tentang manusia. Manusia dipandang sebagai makhluk yang baik dan memiliki potensi yang tidak terbatas. Hal ini berbeda dengan mazhab psikoanalisis, yang memandang manusia secara pesimistik. Tingkah laku dan kepribadian manusia dianggap sebagai produk dari masa lalunya. Potensi untuk mengembangkan diri direduksi sehingga seseorang yang mengalami masa kelam di waktu kecil seolah-olah tidak ada lagi harapan untuk menjalani kehidupan secara normal.

Mazhab psikologi humanistik juga berbeda dengan mazhab psikologi behaviorsitik yang memandang manusia sebagai makhluk yang tidak memiliki potensi apapun. Pandangan ini beranggapan bahwa tingkah laku dan kepribadian manusia dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Manusia seolah-olah tidak memiliki jiwa, potensi, bakat, kemauan, kebebasan dan tanggung jawab untuk menentukan tingkah lakunya sendiri sehingga manusia diibaratkan sebagai mesin dan robot. Kompleksitas dan keunikan dalam diri manusia dipandang secara simplisistis oleh mazhab behaviorsitik.

Oleh karena itu, Malik Badri menganggap bahwa psikologi humanistik memiliki kesamaan dengan Islam mengenai hakikat manusia yang positif. Namun demikian, jika dikaji lebih lanjut maka akan banyak kejanggalan yang ditemukan. Pandangan mazhab psikologi humanistik yang terlalu opstimistik terhadap upaya pengembangan sumber daya manusia, menjadikan dirinya seolah-olah sebagai *"prima causa"* dan *"omnipotence"* yang mampu melakukan *play-God* (peran Tuhan). Oleh karena itu, meskipun memiliki kesamaan pada gambaran karakaterologis dan kesejalanan dalam asas-asas dan kualitas insani, paradigma dan orientasi filosofis antara psikologi humanistik dengan Islam berbeda. Psikologi humanistik beroreintasi antroposentris dan berdimensi eksoterik yang netral etik sedangkan Islam berorientasi teosentris dan berdimensi eksoterik yang sarat etik (Ancok dan Suroso, 2011, hal. 65–69).

Berdasarkan permasalahan di atas, dalam penelitian ini penulis berusaha untuk mengkaji citra dan keperibadian manusia dalam perspektif psikologi kontemporer dan psikologi Islam secara komprehensif dengan menggunakan metode kualitatif dan dianalisis secara deskriptif-analitik. Adapun pendekatan yang digunakan oleh penulis yaitu pendekatan psikologi. Menurut Peter Connolly, pendekatan psikologi merupakan pendekatan yang digunakan oleh para ilmuwan sosial yang berusaha untuk meneliti perilaku, perbuatan, proses mental, alam pikiran, dan diri atau ego (Connolly, 1999, hal. 143–165).

Citra dan Kepribadian Manusia dalam Perspektif Psikologi Kontemporer

Citra manusia diartikan sebagai gambaran umum mengenai manusia, sedangkan kepribadian (*personality)* berasal dari bahasa

Latin *"persona"* artinya topeng. Dahulu topeng adalah alat yang dipakai untuk memainkan karakter tokoh dalam pertunjukan teater. Seiring perkembangannya, Gordon W. Allport (tokoh psikologi kepribadian, 1937) mengartikan kepribadian sebagai organisasi dinamis dalam diri individu yang terdiri dari sistem-sistem psiko-fisik yang menentukan cara penyesuaian diri yang unik atau khusus dari individu tersebut terhadap lingkungannya (Sarwono, 2012, hal. 177). Menurut Alwisol kepribadian adalah pemahaman tingkah laku, pikiran, perasaan, dan bagian dari jiwa yang membangun keberadaan manusia menjadi satu kesatuan yang tidak terpisah dalam menjalankan fungsinya. Oleh karena itu, kepribadian diartikan sebagai pemahaman terhadap aku, diri, *self,* atau memahami manusia seutuhnya (Alwisol, 2009, hal. 2). Dalam Islam, terminologi kepribadian *(syakhshiyah)* diartikan untuk mendeskirpsikan tingkah laku seseorang dan berusaha menilai baik dan buruknya (Mujib, 2003, hal. 23–36).

Menurut aliran psikoanalisis yang dipelopori oleh Sigmund Freud (1856-1939), seorang neurolog keturunan Yahudi berasal dari Austria-Wina, citra manusia lebih ditujukan kepada totalitas struktur kepribadian yang membangunnya. Adapun struktur kepribadian yang membangun citra manusia menjadi utuh yaitu *id, ego,* dan *superego* (Zilbersheid, 2013, hal. 184). Menurut Alwisol, *Id (Es)* merupakan komponen biologis yang berada di alam bawah sadar manusia yang berorientasi untuk mencari kesenangan dan kenikmatan (unsur hewani manusia/instink). Sedangkan *ego (Das Ich)* merupakan komponen psikologis yang berada di alam sadar dan sebagian berada di alam ambang sadar manusia yang berfungsi untuk merealisasikan kebutuhan-kebutuhan *id* dengan jalan memilih bentuk pemuasan kenikmatan yang benar-benar ada dan tersedia dengan cara yang dapat

diterima (unsur akali manusia/realitas). *Superego (Das Ueber Ich)* merupakan komponen sosiologis yang berada di ambang sadar yang menuntut kesempurnaan dan idealitas perilaku dengan ketaatan terhadap norma-norma sosial dan kultural masyarakat (unsur nilai atau norma manusia/moralitas) (Alwisol, 2009, hal. 14–17).

Achmad Mubarok juga menjelaskan bahwa antara *id, ego,* dan *superego* memiliki fungsi dan mekanisme yang berbeda-beda. *Id* merupakan sistem kepribadian asli yang dibawa sejak lahir yang darinya muncul struktur *ego* dan *superego* yang kemudian berperan sebagai pusat insting dan beroperasi berdasarkan prinsip kenikmatan *(pleasure principle)* (Mubarak, 2014, hal. 46). Menurut Roger Frie, usaha manusia yang selalu mengejar kenikmatan ini dipengaruhi oleh dua insting yang terdapat dalam sub sistem *id.* Adapun kedua insting tersebut yaitu *libido* atau *eros* dan *thanatos. Libido* (insting reproduktif) atau eros (insting kehidupan) merupakan energi dasar untuk melakukan kegiatan yang sifatnya konstruktif dan mendatangkan kenikmatan *(pleasure principle),* sedangkan *thanatos* (insting kematian) merupakan insting destruktif dan agresif yang mendorong untuk melawan dan merusak segala sesuatu yang menghalangi kenikmatan. *Ego* merupakan sub sistem yang beroperasi berdasarkan prinsip realitas dan berfungsi sebagai penengah antara dorongan-dorongan hewani manusia (*id*) dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan realistik kehidupan yang dihadapinya. Sedangkan *superego* merupakan sub sistem yang beroperasi berdasarkan prinsip idealitas dan berfungsi sebagai *self-control* yang jika akan berperilaku ia akan menyesuaikannya dengan norma-norma sosial dan kultural masyarakat (Frie, 2013, hal. 160–165).

Berdasarkan uraian di atas, Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori berargumen bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh masa lalu *(past experiences)* dan dorongan-dorongan biologis yang berada di alam bawah sadar yang selalu menuntut kesenangan dan kenikmatan untuk segera dipenuhi *(pleasure principle)* (Ancok dan Suroso, 2011, hal. 153). Oleh karena itu, tidak heran jika Hanna Djumhana Bastaman berkesimpulan bahwa konsep citra dan kepribadian manusia dalam pandangan psikoanalisis dinilai sebagai makhluk yang berkeinginan *(homo volens)* yang terus mengejar kenikmatan-kenikmatan jasmani, buruk, liar, kejam, kelam, non etis, egois serta pesimis terhadap potensi yang dimiliki (Bastaman, 2011, hal. 50).

Berbeda dengan aliran di atas, menurut aliran behavioristik yang dipelopori oleh John Broades Watson (1878-1958) psikolog dari Amerika Serikat yang terkenal dengan teori *reinforcement (reward and punishment)*, mengemukakan bahwa citra manusia dan kepribadiannya ditentukan oleh lingkungan (Schultz and Schultz, 2009, hal. 371). Teori Watson ini banyak mengadopsi dari teori-teori fisiologis Ivan Petrovich Pavlov, ahli faal dari Rusia yang terkenal dengan teori kondisioning klasik *(classical conditioning)* yang kemudian dikembangkan oleh Edward L. Thordike, B. F. Skinner (1904-1990), John Dollard dan Neal F. Miller dengan teori kondisioning operannya *(operant conditioning). Classical conditioning* yaitu suatu rangsangan yang akan menimbulkan reaksi (stimulus-respon) secara refleks dan bawaan, apabila rangsangan tersebut sering diberikan. Sedangkan *operant conditioning* yaitu suatu pola perilaku yang jika memuaskan maka akan diulangi, sebaliknya pola perilaku yang jika tidak memuaskan maka cenderung akan dihentikan. Di samping kedua teori tersebut, Albert Bandura menambahkan satu teori baru yaitu *"Modelling* (Peneladanan). Menurut Bandura, perilaku seseorang tidak hanya

dipengaruhi oleh stimulus (rangsangan) saja, melainkan ada juga yang dipengaruhi oleh proses dan peneladanan terhadap perilaku orang lain yang disenangi dan dikaguminya (Alwisol, 2009, hal. 322–324).

Aliran behavioristik ini lebih banyak memfokuskan kajiannya terhadap perilaku *real* manusia yaitu perilaku yang dapat diukur, dinilai, diobservasi dan dilukiskan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa dalam aliran behavioristik perilaku manusia sangat ditentukan oleh lingkungan dan pengalamannya saat ini *(here and now)*. Menurut mereka, lingkungan yang relevan dan baik akan membentuk pribadi yang baik, sebaliknya lingkungan yang tidak baik maka akan membentuk pribadi yang tidak baik pula. Jika dipahami lebih mendalam, pandangan behavioristik mengenai citra dan kepribadian manusia berbeda dengan pandangan aliran sebelumnya yaitu psikoanalisis. Psikoanalisis lebih menekankan pada aspek totalitas kepribadian yang tidak tampak seperti *id, ego, superego* dan menafikan adanya pengaruh dari luar dirinya atau lingkungan, sedangkan dalam aliran behavioristik manusia dipandang sebagai sebuah produk dari lingkungan. Oleh karena itu, menurut Ahmad Mubarok hadirnya aliran behavioristik ini merupakan reaksi terhadap aliran psikonalisis yang dinilai terlalu subjektif, intuitif, dan kurang ilmiah karena tidak didukung oleh riset dan eksperimen yang valid (Mubarak, 2014, hal. 49).

Dalam pandangan psikolog Muslim seperti Malik Badri, Djamaludin Ancok, dan Abdul Mujib, aliran behavioristik ini telah menegasikan potensi alami dan fitrah manusia yang suci. Keunikan dan kemajemukan dalam diri manusia direduksi sehingga manusia dipahami dengan sangat simplisistis. Oleh karena itu, dalam pandangan behavioristik manusia ibarat mesin dan benda mati *(homo mechanicus)* yang tidak mampu berbuat

sesuai dengan kehendak dan keinginannya (Ancok dan Suroso, 2011, hal. 66–67).

Aliran selanjutnya yaitu aliran humanistik yang dipelopori oleh Carl Ransom Rogers (1902-1987), Abraham Maslow (1908-1970), dan Rollo Reese May (1909-1994) yang ikut andil dalam mengkaji citra dan kepribadian manusia (Feist and Feist, 2009, hal. 279–371). Sejak tahun 1950, ketiga tokoh ini mengembangkan pehamanan bahwa manusia adalah makhluk unik yang mengerti makna hidup (*homo ludens),* memiliki potensi, kreativitas, cinta, makna, dan perkembangan kualitas-kualitas pribadi lainya (Sarwono, 2012, hal. 32). Hadirnya aliran humanistik merupakan reaksi kritis terhadap aliran sebelumnya, psikoanalisis yang memandang manusia buruk dan behavioristik yang memandang manusia netral.

Menurut Maslow sebagaimana yang dikutip oleh Hanna Djumhana Bastaman kepribadian manusia dipengaruhi oleh motivasi yang ada dalam dirinya, bukan dari lingkungan ataupun alam bawah sadarnya. Hal ini dikarenakan manusia dianugerahi keinginan untuk berkehendak, bertanggung jawab, dan beraktualisasi diri. Adapun motivasi yang memengaruhi seseorang pada dasarnya dipengaruhi oleh lima kebutuhan (hirarki kebutuhan) di antaranya yaitu kebutuhan biologis dan psikologis (makan, minum dan tempat tinggal), kebutuhan akan rasa aman dan nyaman, kebutuhan dicinta dan mencinta, kebutuhan akan harga diri, dan kebutuhan aktulisasi diri (Bastaman, 2011, hal. 52).

Berdasarkan penjelasan di atas, Djamaludin Ancok, Fuad Nashori Suroso dan Hanna Djumhana Bastaman menyatakan bahwa aliran humanistik yang memandang manusia baik dan mengerti akan makna hidup, memiliki kualitas insani yang positif,

dan memiliki masa depan merupakan teori yang sejalan dengan teori Islam. Islam memandang bahwa manusia memiliki fitrah suci dan dibekali segudang potensi sehingga memiliki kesempatan untuk merubah nasib atas izin-Nya. Namun demikian, aliran humanistik terkesan sangat opstimistik karena mereka hanya meyakini semua usaha untuk merubah nasib dan kehidupannya itu ditentukan oleh manusianya sendiri bukan karena ada faktor X (campur tangan dari Tuhan). Oleh karena itu, meskipun terdapat kesamaan *(similarisasi)* pada gambaran karakter dan kualitas insaninya, dalam hal orientasi filosofis antara teori mereka dengan Islam berbeda. Dalam aliran humanistik manusia dipandang terlalu optimistik sehingga manusia seolah-olah memiliki peran seperti Tuhan *(Play God)* sehingga berorientasi antroposentris. Sedangkan dalam Islam manusia adalah seorang hamba yang diberi potensi untuk merubah kehidupan atas izin-Nya sehingga berorientasi teosentris atau Allah-sentris (Bastaman, 2011, hal. 52–60).

Seiring berkembangnya zaman, muncul aliran baru dalam psikologi yaitu aliran transpersonal yang dipelopori oleh Abraham Maslow (1908-1970), Antony Sutich (1907-1976), Charles Taart, Stanislav Grof, M. D., William James, dan beberapa tokoh dari psikologi humanistik lainnya. Hadirnya aliran transpersonal sebagai sebuah mazhab ke-empat merupakan bentuk pengembangan mazhab sebelumnya, aliran humanistik (Judy, 2011, hal. 649). S. I. Shapiro dan Denise H. Lajoie mendefinisikan psikologi transpersonal sebagai berikut:

> *"Transpersonal psychology is concerned with the study of humanity's highest potential, and with the recognition, understanding, and realization of unitive, spiritual, and transcendent states of consciousness"* (Shapiro and Lajoie, 1992, hal. 91).

Berdasarkan definisi di atas, dapat diketahui bahwa dalam aliran transpersonal citra dan kepribadian manusia dipandang sebagai makhluk yang memiliki potensi tinggi *(highest potential)* dan mampu merasakan fenomena kesadaran transenden *(transcendent states of consciousness)* (Bastaman, 2011, hal. 53). Stanislav Grof berpendapat bahwa dalam aliran transpersonal manusia dinilai sebagai makhluk yang dapat merasakan pengalaman spiritual, pengalaman meditasi, kesatuan mistik, dan pengalaman batin yang tidak dimiliki oleh makhluk lainnya (Grof, 1992, hal. 1).

Septi Gumiandari dalam jurnal "Dimensi Spiritual dalam Psikologi Modern", juga menyampaikan aksentuasi yang sama bahwa dalam aliran transpersonal manusia dinilai sebagai makhluk yang berdimensi utuh yang terdiri dari *psikofisik* dan *spiritual* (Septi Gumiandari, 2012, hal. 1045). Oleh karena itu, dalam pandangan transpersonal citra dan kepribadian manusia dinilai sebagai makhluk yang memiliki kesadaran terhadap fenomena-fenomena, memiliki potensi tinggi, melewati batas ego dan diri sendiri, merasakan pengalaman transenden, dan memiliki dimensi spiritual (Shapiro, 2002, hal. 31).

Hanna Djumhana Bastaman menanggapi bahwa spiritualitas yang dibahas oleh psikologi transpersonal masih pada taraf telaah awal yang hanya mampu mengungkapkan bahwa di luar alam kesadaran biasa terdapat ragam dimensi lain yang luar biasa potensinya (Bastaman, 2011, hal. 54). Jalaluddin Rakhmat sebagaimana yang ia kutip dari Danah Zohar dan Ian Marshall berargumen bahwa dimensi spiritual yang dibahas oleh aliran transpersonal masih bersifat global karena kajian spiritualitasnya masih berafiliasi dengan beragam agama besar di dunia seperti Kristen, Hindu, Budha, Islam, dan agama lainnya. Menurut

Rakhmat, aliran transpersonal ini ingin mengambil pelajaran dari kearifan perennial (*philosophia perennis),* yang berusaha menggabungkan gejala psikologis dengan tradisi agama-agama besar di dunia (Zohar dan Marshall, 2001, hal. 8–9). Rogers Walsh dan Frances Vaughan juga menyatakan hal yang sama, bahwa kajian spiritualitas dalam aliran transpersonal masih terlalu universal sehingga dikhawatirkan akan terjadi sinkretisasi antara dimensi spiritual agama yang satu dengan agama yang lainnya (Walsh dan Vaughan, 1993, hal. 205).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa kajian mengenai citra dan kepribadian manusia dalam perspektif psikologi kontemporer masih berorientasi antropo-sentris. Mereka masih memandang bahwa segala hal yang baik atau buruk itu bersumber dari daya manusia itu sendiri. Mereka cenderung tidak mengakui bahwa ada dimensi lain yang turut ikut campur dalam proses penentuan baik atau buruknya seseorang.

Menanggapi persoalan di atas, Uichol Kim salah seorang psikolog asal Korea menawarkan solusi dengan membuat konsep psikologi baru yang disebut dengan psikologi pribumi *(indigenous psychology)* (Kim, Yang, 2006, hal. 3–22). Kim sebagaimana yang dikutip oleh Ahmad Mubarok mengatakan bahwa dalam mengkaji/ manusia dibutuhkan pendekatan yang universal dan tidak cukup jika hanya menggunakan teori-teori Psikologi Barat. Psikologi Barat yang selama ini dijadikan pedoman oleh hampir seluruh psikolog, pada dasarnya hanya tepat mengkaji manusia Barat yang sesuai dengan kultur (sekuler) yang melatarbelakangi lahirnya ilmu tersebut. Oleh karena itu, Kim sebagaimana yang dikutip oleh Mubarok menegaskan bahwa untuk memahami manusia di belahan bumi maka harus digunakan pula basis kultur

atau perspektif yang digunakan sesuai dengan manusia yang dikajinya. Kim berkata bahwa:

> *"Psychology" has traditionally meant Western Psychology, using the assumption that human universals (i. e. generalizations about human activity and experience) hold true for humankind because they hold true in Western society. But psychology as practiced in other parts of the world, raises and alternative view of human behavior. Indeed, human universals are problematic and need to be reveald through an examination of multiple indigenous psychology in order to establish comparisons between cultures. Indigenous psychology may be defined as a psychological knowledge that is native, that is not transported from another region, and that is designed for its people. In other words, indigenous psychology is understanding rooted in a particular associated cultural context"* (Mubarok, 2005, hal. 5–6).

Sejalan dengan aksentuasi di atas, Malik Badri dan beberapa psikolog Muslim lainnya seperti Ahmad Mubarok, dan Abduk Mujib mulai bertindak tegas untuk membuat paradigma dan aliran baru yaitu Psikologi Islam. Psikologi Islam merupakan aliran psikologi yang mengkaji citra manusia, jiwa, kepribadian, perilaku, spiritualitas (dimensi *ruh*), dan aspek lainnya dalam perspektif Islam yang bersumber kepada al-qur'an, hadith, dan khazanah ilmu Islam (Mujib, 2001, hal. 22).

Citra dan Kepribadian Manusia dalam Perspektif Psikologi Islam

Dalam pandangan Psikologi Islam, manusia dinilai sebagai makhluk Tuhan yang baik, bertauhid dan ber-Islam, yang dilahirkan dalam keadaan suci atau *fitrah,* memiliki potensi, dan diberi amanah untuk menjadi khalifah di muka bumi (Shaleh dan Wahab, 2004, hal. 50–54). Di samping itu, manusia adalah makhluk kreatif yang mampu mengubah kehidupan sesuai

dengan usaha dan kehendaknya *(homo faber)*. Menurut Bastaman kreatifitas manusia disebut *"alloplastic: the subject tries to change the situation".* Maksudnya yaitu manusia adalah makhluk yang mampu mengubah dan mengolah lingkungan demi keberlangsungan hidupnya. Adapun makhluk lainnya hanya mampu merubah diri untuk beradaptasi dengan lingkungannya *"autoplastic: the subject tries to change himself".* Keunikan struktur tubuh dan potensi luhur inilah yang kemudian membedakan manusia dengan makhluk lainnya *(homo erectus)*. Manusia adalah makhluk yang terdiri dari dimensi utuh yaitu *biopsikososialspiritual* (Hanna Djumhana Bastaman, 2011, hal. 49–55).

Sementara itu, Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir berargumen bahwa manusia adalah mahkluk yang memiliki substansi sempurna yang terdiri dari jasmani, ruhani, dan nafsani yang dengan kesempurnaannya makhluk lain diperintahkan untuk bersujud kepadanya (Mujib, 2001, hal. 62–66). Adapun di antara ketiga substansi tersebut, substansi ruhanilah yang menjadi substansi tertinggi dalam diri manusia karena substansi ini mampu menghubungkan dirinya dengan Tuhan *(interplaneter)* (Murata, 2000, hal. 299–312).

Menurut Mulyadhi Kartanegara, dengan adanya substansi ruhani maka manusia akan mampu bertindak seperti tindakan Tuhan *(tajalli bi al-af'al al-takhalluq bi akhlak Allah),* menjadi cermin nama-nama Tuhan *(tajalli bi al-asma'),* dan menjadi cermin sifat-sifat Tuhan *(tajalli bi al-sifat).* Oleh karena itu, manusia merupakan prototipe atau miniatur Tuhan, yang dengan keberadaannya Tuhan dapat bercermin. Namun demikian, tidak semua manusia mampu menjadi cermin bagi Tuhan karena hanya orang-orang yang memiliki hati bersih dan berkepribadian

tenang yang mampu mencerminkan tindakan, nama, dan sifat Tuhan (Kartanegara, 2006, hal. 75–79).

Kepribadian tenang inilah yang kemudian dikategorikan sebagai kepribadian *mutma'innah* dalam tradisi Psikologi Islam. Menurut Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir ada tiga kepribadian manusia dalam perspektif Psikologi Islam, di antaranya yaitu: pertama, kepribadian *mutma'innah* yaitu kepribadian tenang yang orientasinya kepada hal-hal baik, pencarian rihdo Allah, dan membawa kebermanfaatan baik bagi diri sendiri, orang lain, lingkungan, alam, dan Tuhan *(serene principle)*. Kedua, kepribadian *lawwamah* yaitu kepribadian yang cenderung rasionalitik dan realistik namun terkadang merasa bimbang, bersalah, dan menyesal terhadap apa yang telah diperbuatnya *(awareness principle)*. Ketiga, kepribadian *ammarah* yaitu kepribadian yang cenderung mengejar kenikmatan duniawi dan materi *(pleasure principle)* (Mujib, 2006, hal. 152–170).

Dalam referensi lain, Abdul Mujib menyampaikan bahwa di samping tiga kepribadian yang telah dijelaskan, ada pula bentuk kepribadian lain dalam perspektif Psikologi Islam. Adapun kepribadian yang dimaksud Mujib di antaranya yaitu kepribadian yang bertipe teoetika, tipe psikoetika, dan sosioetika. Pertama, kepribadian yang bertipe teoetika merupakan tipe kepribadian yang mendorong seseorang untuk berketuhanan secara baik dan benar yaitu ia yang taat dan patuh terhadap semua perintah dan menjauhi segala larangan-Nya. Kepribadian yang bertipe teoetika ini disebut juga sebagai kepribadian berketuhanan *(al-Syakhsiyah al-Ilahiyah)*.

Kedua, kepribadian yang bertipe psikoetika. Kepribadian psikoetika ini mendorong seseorang untuk mengembangkan dan membentuk kepribadian yang baik serta mengaktualisasikan

potensi kognitif, afektif, dan psikomotoriknya. Kepribadian yang bertipe psikoetika ini diistilahkan juga sebagai kepribadian berkemanusiaan *(al-Syakhsiyah al-Insaniyah).* Ketiga, kepribadian sosioetika yang diartikan sebagai kepribadian yang mendorong seseorang untuk berkata dan bertindak baik terhadap sosial atau lingkungannya. Kepribadian yang bertipe sosioetika ini disebut juga sebagai kepribadian bersosial *(al-Syakhsiyah al-Ijtimaiyah)* (Mujib, 2007, hal. 236–237).

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa kajian mengenai citra dan kepribadian manusia dalam perspektif psikologi Islam berorientasi antropo-religius-sentris, yang berarti bahwa kepribadian baik atau buruk yang ada dalam diri manusia itu tidak hanya dipengaruhi oleh daya manusianya saja, melainkan juga ada campur tangan atau kehendak dari Tuhan Yang Maha Kuasa.

Kesimpulan

Kesimpulan dalam tulisan ini membuktikan bahwa kajian mengenai citra dan kepribadian manusia dalam persperktif psikologi kontemporer dan psikologi Islam memiliki persamaan dan perbedaan. Persamaannya, dalam mazhab psikologi humanistik manusia dipandang sebagai makhluk yang baik dan memiliki potensi yang tidak terbatas. Pandangan ini memiliki kesesuaian dengan Islam maupun pandangan masyarakat Timur tentang manusia.

Perbedaannya, dalam pandangan aliran psikoanalisis, kepribadian manusia dinilai sebagai produk dari masa lalunya. Potensi untuk mengembangkan diri direduksi sehingga seseorang yang mengalami masa kelam di waktu kecil seolah-olah tidak ada lagi harapan untuk menjalani kehidupan secara normal. Begitupun

dengan aliran behavioristik, mereka telah menegasikan potensi alami dan fitrah manusia yang suci. Keunikan dan kemajemukan dalam diri manusia direduksi sehingga manusia dipahami dengan sangat simplisistis. Dalam pandangan behavioristik manusia ibarat mesin dan benda mati *(homo mechanicus)* yang tidak mampu berbuat sesuai dengan kehendak dan keinginannya.

Perbedaan lainnya, dalam perspektif psikologi kontemporer kajian mengenai citra dan kepribadian manusia berorientasi antropo-sentris yang berarti bahwa faktor yang menentukan baik atau buruk kepribadian seseorang itu adalah manusianya sendiri. Dalam perspektif psikologi Islam, kajian mengenai citra dan kepribadian manusia berorientasi antropo-religius-sentris yang berarti bahwa faktor yang menentukan baik atau buruk kepribadian seseorang itu adalah dirinya sendiri dan adanya campur tangan atau kehendak dari yang Maha Kuasa.

Oleh karena itu, untuk memahami citra dan kepribadian manusia di seluruh belahan bumi maka harus digunakan pula basis kultur atau perspektif yang digunakan sesuai dengan manusia yang dikajinya supaya tidak bias dalam memahami citra dan kepribadian manusia.

Daftar Pustaka

Mujib, A. (2003). Konsepsi dasar kepribadian Islam.*Jurnal Tazkiya.*

Mujib, A. (2006). *Kepribadian dalam psikologi Islam.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Mujib, A. (2007). Tipologi manusia dalam kepribadian psikologi Islam. *TAZKIYA Journal of Psychology*, *7*(1).

Shaleh, A.R., & Wahab, M.A. (2004). *Psikologi suatu pengantar dalam perspektif Islam*. Jakarta: Kencana.

Mubarak, A. (2014). *Psikologi dakwah-membangun cara berpikir dan merasa*. Malang: Madani Press.

Mubarok, A. (2005). *Psikologi keluarga: Dari keluarga sakinah hingga keluarga bangsa*. Jakarta: Bina Rena Pariwara.

Carrel, A. (1939). *Man, the unknown*. New York: Harper & Row Publisher.

Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.

Zohar, D., & Marshall, I. (2001). *SQ: Spiritual intelligence-the ultimate intelligence*. B&ung: Mizan.

Ancok, D., & Suroso, F.N. (2011). *Psikologi Islami solusi islam atas problem-problem psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Schultz, D.P., & Schultz, S.E.. (2009). *Theories of personality*. New York: Wadsworth Cengage Learning.

Judy, D. (2011). Transpersonal psychology: Mapping spiritual experience. *Journal Religions, 2*.

Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi-psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Bastaman, H.D. (2011). *Integrasi psikologi dengan Islam-menuju psikologi Islami*. Yogyakarta: Yayasan Insan Kamil dan Pustaka Pelajar.

Feist, J., & Feist, G.J. (2009). *Theories of personality*. McGraw-Hill: Hill Companies.

Mujib, A. & J. M. (2001). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Kartanegara, M. (2006). *Menyelami lubuk Tasawwuf*. Jakarta: Erlangga.

Connolly, P. (1999). *Approaches to the study of religion.* London & New York: Wellington House & Avenve.

Guenon, R. (2001). *The crisis of the modern world.* London: Shopia Perennis.

Frie, R. (2013). On the nature & meaning of human finitude. *The American Journal of Psychoanalysis,* (73).

Walsh, R., & Vaughan, F. (1993). On transpersonal definitions. *Journal of Transpersonal Psychology, 25.*

Shapiro, S.I., & Lajoie, D.H. (1992). Definition of transpersonal psychology: The First twenty years-three years. *The Journal of Transpersonal Psychology, 24*(1).

Shapiro, S.I., G. W. L., & P. L. G. (2002). The essence of transpersonal psychology. *The International Journal of Transpersonal Studies, 21.*

Murata, S. (2000). *The tao of islam: kitab rujukan tentang relasi gender dalam kosmologi dan teologi islam.* B&ung: Mizan Media Utama.

Shehu, S. (2013). Toward an islamic perspective of developmental psychology. *The American Journal of Islamic Social Science, 15*(4).

Sarwono, S.W. (2012). *Pengantar psikologi umum.* Jakarta: Rajawali Press.

Gumi&ari, S. (2012). Dimensi spiritual dalam psikologi modern (psikologi transpersonal sebagai pola baru psikologi spiritual). *Conference Proceedings in Annual International Conference on Islamic Studies (AICIS XII).*

Grof, S. (1992). Theoritical empricial fundations of transpersonal psychology. *Paper in The Twelfth International Transpersonal Conference.*

Millon, T. & Lerner, M.J. (2003). *H&book of psychology.* New York: John Willey & Sons Inc.

Kim, U., Yang, K.-S., & K.-K. H. (2006). *Indigenous & cultural psychology.* New York: Spirnger Science & Business Media Inc.

Zilbersheid, U. (2013). The historical character of human nature in freud's theories. *The American Journal of Psychoanalysis, 73.*

Ali, Y. (2012). Problema Manusia modern dan solusinya dalam perpektif Tasawuf. *Jurnal Tasawuf, 1*(2).

Bab 7

Konversi Agama pada Mahasiswi Bercadar

Nor Aida & Imadduddin

Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin
imadduddin@uin-antasari.ac.id

Pendahuluan

Dalam Al-Qur'an Surah *Al-Hujurat* ayat 13 Allah SWT menjelaskan bahwa dia telah menciptakan manusia terdiri dari laki-laki dan perempuan (Shihab, 2002). Setiap manusia diperintahkan Allah SWT untuk menutup auratnya. Adapun aurat laki-laki adalah dari pusat sampai lutut dan aurat perempuan dari ujung rambut sampai ujung kaki kecuali wajah dan telapak tangan (Husein, 2001). Perempuan diciptakan untuk dimuliakan bukan untuk direndahkan atau diremehkan, maka dari itu perempuan diperintahkan untuk menutup aurat dengan kain yang tebal,dan tidak menerawang, agar seluruh tubuhnya tidak terlihat oleh siapapun, terkecuali mahramnya.

Perempuan yang mempunyai akal pikiran dan membuat keputusan dengan melihat lingkungannya, sehingga terbentuklah dinamika psikologis konversi/perubahan agama/perubahan suatu

keyakinan dalam dirinya agar menjadi perempuan muslim yang baik sesuai syariat Islam.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia dinamika diartikan sebagai gerak atau kekuatan secara terus menerus yang dimiliki sekumpulan orang dalam masyarakat tersebut (Tim Redaksi Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa, 2009). Menurut Santoso dinamika adalah adanya interaksi dan interdependensi antara anggota kelompok yang satu dengan anggota kelompok secara keseluruhan.Pengertian tersebut bisa disimpulkan dinamika adalah gerakan dan interaksi yang dimiliki seseorang atau suatu kelompok yang bisa berubah-ubah atau tidak tetap (Refia Juniarti Hendrastin, 2014).

Sedangkan psikologis berasal dari kata dasar psikologi yang merupakan ilmu yang membicarakan tentang jiwa (Walgito, 2010). Jadi menurut Nursalim dan Purwoko dinamika psikologis adalah proses dan suasana kejiwaan internal individu dalam menghadapi dan mensolusikan konflik yang dicerminkan oleh pandangan atau persepsi, sikap dan emosi, serta perilakunya (Hendrastin, 2014). Maka dari itu dinamika psikologis tersebutlah biasanya memicu terjadinya perubahan keyakinan atau konversi agama.

Konversi secara etimologi berasal dari kata latin "*conversio*" yang berarti: tobat, pindah, berubah (agama), sedangkan secara terminologi menurut Mac Heirich konversi agama adalah suatu tindakan di mana seseorang atau sekelompok orang masuk atau berpindah ke suatu sistem kepercayaan atau perilaku yang berlawanan dengan kepercayaan sebelumnya yang membuat dirinya nyaman (Redhani, 2017).

Setiap orang ataupun mahasiswi yang mengalami peristiwa seperti konversi agama, pastilah bingung apa yang harus

dilakukannya. Oleh karena itu seseorang ataupun mahasiswi akan mencari jalan keluarnya, jadi salah satu jalan keluarnya adalah dengan berkomunikasi atau meminta pendapat dengan orang lain, atau dengan cara mendekatkan diri kepada Tuhan-Nya. Salah satu cara seseorang agar mendekatkan dirinya dengan Tuhan-Nya yaitu dengan merubah perilakunya atau penampilan menjadi lebih baik atau merubah keyakinannya yang awalnya memakai kerudung biasa (pendek) sekarang mulai memperbesar atau memperpanjang kerudung bahkan sampai menutup mukanya dengan cadar.

Konversi agama yang dijelaskan bukanlah perpindahan keyakinan agama, tapi perubahan keyakinan disini adalah perempuan yang memang beragama Islam akan tetapi keyakinannya tentang memakai kerudung saja tidak membuat dirinya aman dari fitnah dan semacamnya, maka dari itu mahasiswi disini berubah keyakinan bahwa dengan memakai cadar dirinya merasa aman dari fitnah dan semacamnya.

Perempuan yang sudah balig (*haid*) diperintahkan untuk menutup auratnya dari ujung rambut sampai ujung kaki kecuali muka dan telapak tangan (Husein, 2001), akan tetapi sebagian perempuan yang dulunya mukanya tidak tertutup sekarang mukanya ditutup dengan cadar, karena mereka berubah keyakinan dengan menutup mukanya dengan cadar mereka merasa aman dan terhindar dari fitnah dan semacamnya, sehingga banyak dari perempuan muslimah yang memakai jilbab karena mereka tahu bahwa jilbab itu diperintahkan bagi umat muslimah. Akan tetapi ada juga dikalangan perempuan muslimah yang merasa bahwa dengan menutup seluruh tubuhnya dengan jilbab tidak cukup meyakinkan dirinya aman dari fitnah atau semacamnya. Oleh karena itu ada beberapa dari kalangan perempuan muslimah yang

memilih untuk memakai cadar agar dirinya merasa yakin aman dari segala fitnah dan semacamnya.

Cadar (*niqab*/penutup) merupakan selembar kain hitam yang dipakai menutupi muka. Cadar mungkin hanya menutupi bagian bawah dari muka, membiarkan mata tidak ditutupi, atau secara keseluruhan menyembunyikan wajah (Mona Almunajjed, 1998). Jadi perempuan yang memakai cadar itu adalah perempuan yang menutup seluruh tubuhnya dengan kain dan menutup wajahnya sehingga tidak ada seorang laki-laki selain mahramnya yang bisa melihat tubuh dan wajahnya.

Perempuan yang memakai cadar tidak hanya dari kalangan orang tua dan kalangan pesantren saja, tapi dikalangan mahasiswi (Aguslindar, 2016) juga banyak menggunakan cadar. Mahasiswi yang banyak memiliki teman mampu bertukar pendapat ataupun berkomunikasi dengan teman-temannya. Hal-hal yang sering dikomunikasikan oleh mahasiswi biasanya tidak jauh dari makanan, tempat-tempat rekreasi, *make up*, pakaian dan menghadiri pengajian. Biasanya mahasiswi yang ingin mengubah penampilan atau mengubah keyakinannya terhadap penampilan akan merasa kebingungan, maka dari itu pasti seseorang mahasiswi memerlukan teman untuk bicara atau berkomunikasi. Fenomena mahasiswi di kampus yang menggunakan cadar biasanya jumlahnya tidak terlalu banyak.

Peneliti tertarik untuk meneliti mahasiswi karena merupakan sebuah fenomena baru di kalangan mahasiswa. Sebelumnya, polemik penggunaan cadar juga sempat mengemuka di kampus-kampus keislaman seperti UIN Yogyakarta (Jumaidah, 2018). Selain itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada mahasiswi dan bukan pada siswi karena menurut peneliti sangat jarang ditemukan di sekolah-sekolah siswi yang memakai

cadar dan bahkan dari pihak sekolah sendiri melarang siswinya memakai cadar kecuali siswi dari pondok pesantren itupun tidak semua pondok pesantren siswinya memakai cadar, sedangkan dikalangan mahasiswi fenomena perempuan memakai cadar sering terjadi.

Dari studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti dapat diketahui bahwa beberapa dari mahasiswi yang sudah diobservasi dan diwawancarai pada tanggal 7 Februari 2018 kepada SZ dan 8 Februari 2018 kepada N, mereka berkeyakinan untuk memakai cadar dikarenakan mereka yakin dengan memakai cadar dirinya akan aman dan terhindar dari fitnah, sehingga keyakinan mahasiswi untuk memakai cadar tersebut menjadi lebih mantap. Selain itu, selama mereka menggunakan cadar mereka dapat masukan dari teman-temannya yang sudah mantap memakai cadar sehingga membuat tambah kokoh keyakinanya untuk tetap memakai cadar, tapi dari pihak keluarga tidak ada yang setuju kalau mereka memakai cadar. Akan tetapi, tekad dan keyakinannya mereka yang membuatnya tetap mantap untuk memakai cadar, walaupun awal-awalnya masih buka tutup cadar dan lingkungan sekitarnya banyak yang *membully* dengan sebutan teroris.

Hal ini menjadi menarik jika kita dapat melihat dari sisi mahasiswi bercadar tersebut, apa yang mendasari terjadinya konversi agama pada mahasiswi bercadar tersebut, serta motivasi dan faktor yang melatarbelakanginya. Oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Konversi Agama Mahasiswi Bercadar.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang diharapkan mampu menggali data dari subjek secara lebih mendalam sehingga mampu menjelaskan situasi yang dialami oleh subjek dalam kehidupan sehari-hari dan tetap selaras dengan konteks dimana gejala itu muncul di dunia yaitu untuk mengetahui tahapan konversi agama, faktor terjadinya konversi agama dan tipe konversi agama pada mahasiswi bercadar. Menurut La Kahija (2017), penelitian fenomenologis adalah penelitian tentang pengalaman subjektif partisipan.

Partisipan yang dijadikan subjek dalam penelitian ini adalah empat orang mahasiswi. Keempat mahasiswa tersebut adalah mahasiswi yang dulunya tidak menggunakan cadar dan sekarang menggunakan cadar. Sedangkan informan dalam penelitian ini sebanyak empat orang teman dekat subjek dan satu orang adalah suami subjek.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur, sedangkan observasi yang digunakan adalah observasi nonpartisipan. Peneliti dalam penelitian ini hanya mengamati beberapa aktivitas subjek dan tidak ikut terjun langsung dalam kehidupannya.

Metode data analisis ini merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, *literature* buku bacaan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat dipahami, dan semuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.

Hasil dan Diskusi

Berdasarkan data yang telah diperoleh peneliti melalui wawancara dan observasi dapat diketahui bahwasanya keempat subjek melakukan konversi agama itu berbeda-beda. Subjek N melakukan konversi agama dikarenakan ajakan teman dan suami mendukung, subjek M melakukan konversi agama dikarenakan keluarga, sebab orang tua M bercerai, setelah M menggunakan cadar M juga merasa lebih mudah mengontrol emosi, sebjek SZ melakukan konversi agama bukan ajakan atau suruhan subjek SZ melakukan konversi agama karena kemauan diri sendiri dan dikarenakan sering melihat orang lain menggunakan cadar, sedangkan subjek A melakukan konversi agama dikarenakan ajakan suami dan kemauandirinya sendiri untuk menggunakan cadar. keempat subjek penelitian disini melakukan konversi agama dengan faktor-faktor yang berbeda dan mereka melakukan konversi agama dengan perubahan tipe bertahap (Tipe *volitional*).

Konversi agama menurut Islam sendiri adalah (taubat), menurut Muhammad Abdul Baqi dalam Al-Qur'an kata taubah dalam bentuk توبة (*taubat*) dalam Al-Qur'an hanya terulang sebanyak 6 kali, jadi makna taubat sebenarnya adalah penyesalan diri terhadap segala perilaku jahat yang telah dilakukan di masa lalu, menjauhkan diri dari segala tindakan maksiat dan melenyapkan semua dorongan nafsu *ammarah* yang dapat mengarahkan seseorang kepada tindakan kejahatan (Obianto, 2018). Jadi berdasarkan arti kata-kata tersebut dapat disimpulkan bahwa konversi agama mengandung pengertian bertobat, berubah agama, berbalik pendirian terhadap ajaran agama atau masuk ke dalam agama (Pontoh & Farid, 2015). Oleh karena itu konversi agama ialah keyakinan seseorang terhadap sesuatu yang membuat dirinya nyaman dan tentram, sehingga terciptalah ketenangan

batin seseorang, karena disaat ketenangan batin seseorang itulah perubahan sikap kepercayaan yang bertentangan dengan sikap kepercayaan sebelumnya.

Adapun tahapan konversi agama menurut Zakiah Daradjat yang berdasarkan proses kejiwaan yang terjadi melalui lima tahap yaitu masa tenang pertama, masa ketidak-tenangan, masa goncang, masa ketenangan dan ketentraman, dan yang terakhir masa terakhir dari konversi itu.

Masa tenang pertama yaitu masa tenang sebelum mengalami konversi, dimana segala sikap, tingkah laku dan sifat-sifatnya acuh tak acuh.

Masa ketidak-tenangan yaitu konflik dan pertentangan batin berkecamuk dalam hatinya, rasa gelisah, putus asa, tegang, panik dan sebagainya, baik disebabkan oleh moralnya, kekecewaan atau apapun juga. Pada masa tegang,gelisah dan konflik jiwa yang berat itu biasanya orang mudah perasa, cepat tersinggung dan hampir putus asa dalam hidupnya dan mudah kena sugesti (Daradjat, 1970).

Masa goncang yaitu pada masa inilah konversi agama terjadi, karena kemantapan batin telah terpenuhi berupa kemampuan menentukan keputusan untuk memilih yang dianggap serasi ataupun timbulnya rasa pasrah.Keputusan ini memberikan makna dalam menyelesaikan pertentangan batin yang terjadi, sehingga terciptalah ketenangan dalam bentuk kesedian menerima kondisi yang dialami sebagai petunjuk Ilahi. Karena disaat ketenangan batin itu terjadi dilandaskan atas suatu perubahan sikap kepercayaan yang bertentangan dengan sikap kepercayaan sebelumnya (Jalaluddin, 2015).

Masa ketenangan dan ketentraman. Setelah krisis konversi lewat maka datanglah perasaan jiwa yang baru, rasa aman damai di hati, rasa ini timbul oleh kepuasan terhadap keputusan yang sudah diambil, karena telah mampu membawa suasana batin menjadi mantap sebagai pernyataan menerima konsep baru (Jalaluddin, 2015).

Masa terakhir dari konversi itu adalah konversi yang diiringi dengan tingkah laku dan perkataan-perkataan yang pasti dalam kehidupan, itulah yang membuat mantap hati didalam perubahan tersebut (Daradjat, 1970). Keempat subjek N, M, SZ dan A melewati kelima tahap konversi agama itu.

Sedangkan faktor terjadinya konversi agama pada keempat subjek berbeda, berikut faktor-faktor terjadinya konversi agama menurut para ahli sosiologi berpendapat bahwa yang pertama terjadinya konversi agama karena pengaruh sosial. Pengaruh sosial yang mendorong terjadinya konversi itu terdiri dari adanya berbagai faktor yaitu Pengaruh hubungan antara pribadi baik pergaulan yang bersifat keagamaan maupun non agama, Pengaruh kebiasaan yang rutin, Pengaruh anjuran atau propaganda dari orang-orang yang dekat, Pengaruh pemimpin keagamaan, Pengaruh perkumpulan yang berdasarkan hobi dan Pengaruh kekuasaan pemimpin. Sedangkan subjek N faktor yang mempengaruh yaitu propaganda atau ajakan dari orang-orang yang dekat dengan subjek N yaitu ajakan teman subjek N waktu di menjadi remaja mesjid, dan faktor hubungan antar pribadi baik pergaulan bersifat keagamaan maupun non agama, seperti yang dilakukan subjek N ke pengajian di salah satu masjid karena di sana kebanyakan orangnya menggunakan cadar, akan tetapi dari ajakan tadi timbul rasa ingin menggunakan cadar dari N sendiri sesuai dengan yang dikatakan para ahli bahwa

faktor yang mempengaruhi konversi agama bisa juga dari diri sendiri (faktor internal) (Raharjo, 2012). Sedangkan subjek M faktor yang mempengaruhi adalah keluarga karena orang tua M bercerai maka dari itu yang menyebabkan M melakukan konversi agama sebagaimana pendapat para ahli bahwa faktor ini disebut faktor eksternal (Raharjo, 2012). Kemudian subjek SZ faktor yang mempengaruhi terjadinya konversi agama adalah pengaruh kebiasaan yang rutin sebab subjek SZ suka memandang orang yang menggunakan cadar dan sering membaca-baca buku tentang cadar maka dari situ tumbuh perasaan ingin menggunakan cadar itu dari dirinya sendiri dan subjek A faktor yang mempengaruhi adalah ajakan suaminya yaitu faktor anjuran atau propaganda dari orang terdekat subjek dan perubahan status yaitu sebab pernikahannya dengan suaminya.

Berdasarkan faktor yang telah dipaparkan peneliti subjek N dan A adalah ajakan, sedangkan subjek M bukan ajakan tapi kemauannya sendiri akan tetapi disebabkan ingin melindungi ayahnya dari dosa dan subjek SZ juga keinginan diri sendiri karena kebiasaannya yang rutin sering membaca-baca tentang buku masalah cadar.

Cadar atau dalam bahasa Arab disebut *An-Niqab*, adalah sesuatu yang berguna untuk menutupi seluruh wajah perempuan, kecuali kedua mata atau sesuatu yang tampak disekitar mata (Zakiyah, 2013). Cadar menurut para ulama sering disebut dengan istilah hijab, secara harfiah hijab berarti pemisah dalam pergaulan antara laki-laki dan perempuan.Sedangkan secara istilah adalah sejenis baju kurung yang lapang dan dapat menutupi kepala, wajah dan dada.Rasulullah SAW telah menerangkan bahwa aurat perempuan adalah aurat yang mesti dilindungi (ditutup) (Susanti, 2008).

Cadar dalam studi tafsir Islam sendiri adalah jilbab yang tebal, longgar, dan menutupi seluruh aurat, termasuk wajah serta telapak tangan.ubaidah dan sahabat mengatakan bahwa kaum wanita mengulurkan kain tersebut dari atas kepalanya, sehingga tidak ada bagian yang nampak, kecuali dua matanya. Diantara yang termasuk jenis ini adalah *an niqab/* cadar (Sari, Lilik, & Agustin, 2014).

Kesimpulan

Dari keempat subjek dapat diketahui tahapan konversi agama dapat disimpulkan keempat subjek melalui masa tenang, masa ketidak tenangan, masa goncang atau masa konversi, masa ketenangan dan ketentraman dan masa ekspresi konversi yaitu masa terakhir dari tahapan konversi agama. Dan faktor yang mempengaruhi konversi agama pada keempat subjek disini berbeda, subjek N faktor yang mempengaruhi adalah teman dan kemauan diri sendiri, sedangkan subjek M faktor yang mempengaruhi adalah keluarga disebabkan karena orang tuanya bercerai, lain lagi halnya dengan subjek SZ faktor yang mempengaruhi adalah karena sering melihat orang disekitarnya menggunakan cadar dan seringnya ia membaca buku tentang cadar maka dari situ tumbuh rasa ingin menggunakan cadar dan subjek A faktor yang mempengaruhi adalah ajakan dari suaminya.

Tipe konversi agama yang terjadi kepada subjek N, M, SZ dan A adalah tipe konversi agama yang bertahap atau bisa juga disebut berproses, karena keempat subjek menggunakan cadar tidak langsung yakin akan tetapi mereka awal menggunakan cadar itu lepas pasang cadar.

Saran

Penelitian ini diharapkan bagi masyarakat agar tidak mengucilkan atau mencemooh orang yang menggunakan cadar. Peneliti menyadari meskipun penelitian ini dikerjakan semaksimal mungkin untuk dikerjakan sebaik mungkin, namun tidak menutup kemungkinan masih jauh dari kata sempurna dan banyak memiliki kekurangan.Peneliti merasa dalam penelitian ini kurangnya waktu dalam pengambilan data dan kurangnya subjek dalam penelitian. Bagi peneliti yang memiliki penelitian serupa, semoga penelitian ini dapat menjadi salah satu acuan terutama penelitian tentang dinamika konversi agama pada mahasiswi bercadar di Kota Banjarmasin.Bagi peneliti selanjutnya juga bisa melakukan penelitian serupa akan tetapi dirubah yang awal judulnya dinamika konversi agama pada mahasiswi bercadar dengan subjek yang berbeda misalnya pada mahasiswi yang lepas cadar. Bagi peneliti selanjutnya, agar lebih mengkaji secara kritis setiap permasalahan yang diteliti dan bisa mengembangkan keilmuan psikologi terutama dalam keislamannya.

Daftar Pustaka

Aguslindar. (2016). *Pengaruh Pengrekrutan mahasiswa terhadap kualitas shelving*

di UPT Perpustakaan Universitas Syiah Kuala. Skripsi. Fakultas Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, B&a Aceh.

Walgito, B. (2010). *Pengantar psikologi umum.* Yogyakarta: C.V &i.

Daradjat, Z. (1970). *Ilmu jiwa agama.* Jakarta: Bulan Bintang.

Husein, M. (2001). *Fiqh Perempuan: Refleksi Kiai Atas Wacana Agama dan Gender.* Yogyakarta: LKIS.

Jalaluddin. (2015). *Psikologi agama: Memahami perilaku dengan mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologi.* Jakarta: Rajawali Press.

Zakiyah, J. (2013). *Fenomena wanita bercadar (studi fenomenologi konstruksi realitas*

sosial dan interaksi sosial wanita bercadar). Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Pembangunan Nasional Veteran, Surabaya.

Jumaidah. (2018). *Problematika pemakaian cadar di universitas islam negeri (uin)*

walisongo semarang. Skripsi. Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang.

Shihab, M.Q. (2002). *Tafsir Al-misbah: Pesan, kesan dan keserasian Alquran vol. 13.* Jakarta: Penerbit Lentera Hati.

Almunajjed, M. (1998). *Wanita Arab Saudi masa kini.* Jakarta: PT Widyawacana Prima.

Obianto, A. (2018). Konversi agama dalam masyarakat Desa Sembulung Kecamatan Cluring Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Darussalam: Jurnal Pendidikan, Komunikasi dan Pemikiran Hukum Islam, 9*(2), 346–367.

Pontoh, Z., & Farid, M. (2015). Hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pelaku konversi agama. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 4*(1), 100–110.

Raharjo. (2012). *Pengantar ilmu jiwa agama.* Semarang: Pustaka Rizki Putra.

Redhani, A. (2017). Konversi Agama dan pemahaman nilai Islam Santri Pondok Itikaf

Jama'ah Ngaji Lelaku Lawang. *Jurnal Studia Insania, 5*(1), 1–16.

Hendrastin, R.J. (2014). Studi kasus dinamika psikologis konflik interpersonal siswa

merujuk teori segitiga abc konflik galtung dan kecenderungan penyelesaiannya pada siswa kelas xii jurusan multimedia (mm) di SMK Mahardhika Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, *4*(2), 364–374.

Sari, F.H., Lilik, S., & Agustin, R.W. (2014). Studi fenomenologi mengenai penyesuaian diri pada wanita bercadar. *WACANA*, *6*(11), 103–122.

Susanti, A. (2008). *Gambaran persahabatan dan penyesuaian diri pada Mahasiswi*

UIN Jakarta yang mengenakan cadar. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.

Tim Redaksi Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa,. (2009). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa; Edisi Keempat* (Vol. 11). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Kahija, Y.F.L. (2017). *Penelitian fenomenologis jalan memahami pengalaman hidup*. Yogyakarta: Kanisius.

BAB 8

Bagaimana Etika Kerja Islam pada Anggota Berinteraksi dengan Komitmen pada Organisasi Keislaman Mahasiswa?

Prasetya Pradana[1] & Bagus Riyono[2]
[1,2]Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
[1]prasetya.pradana@mail.ugm.ac.id, [2]bagus@ugm.ac.id

Pendahuluan

Organisasi Kemahasiswaan di Universitas Gadjah Mada adalah wahana dan sarana pengembangan diri serta aspirasi mahasiswa Universitas Gadjah Mada ke arah perluasan wawasan dan peningkatan kecendikiawanan serta integritas kepribadian. Salah satu bentuk organisasi kemahasiswaan yang ada di UGM adalah Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). UKM ini bermacam-macam sesuai dengan minat dan bakat dari mahasiswa, sehingga membuat UKM menarik mahasiswa yang sesuai minatnya untuk bergabung.

Sumber Daya Manusia (SDM) atau anggota yang unggul yang terdapat di UKM memiliki andil besar dalam keberlangsungan UKM tersebut. Performansi anggota yang baik terutama akan sangat membantu. Hal ini umumnya dikarenakan adanya komitmen organisasi pada diri setiap anggota UKM tersebut. Seorang anggota yang memiliki komitmen organisasi yang tinggi umumnya akan memiliki keinginan untuk memberikan usaha terbaiknya bagi organisasi tempat ia berada (Muchinsky & Monahan, 1987). Mowday dan Boulian (dalam Hanasya, 2016) juga menyebutkan komitmen oranisasi menjadi indikator dari loyalitas dan peningkatan produktivitas.

Salah satu unit kegiatan yang ada di UGM adalah unit kerohanian Islam Jamaah Shalahuddin yang salah satu tujuannya adalah mendakwahkan Islam di lingkungan UGM. Pada unit ini tentunya ada etika yang diterapkan menjadi dasar gerak dalam berorganisasi. Etika kerja ini sendiri menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan komitmen organisasi. Dengan adanya komitmen organisasi yang kuat pada diri anggota Jamaah Shalahuddin harapannya akan membuat anggota memiliki keinginan kuat untuk bertahan di organisasi tersebut dan bekerja dengan penuh dedikasi.

Etika kerja Islami sendiri menekankan pada komitmen dan dedikasi kepada pekerjaan, sehingga memiliki kemungkinan dapat meningkatkan komitmen organisasi anggota. Melihat hal ini maka penulis ingin mengetahui hubungan etika kerja Islami dengan komitmen organisasi pada anggota di Jamaah Shalahuddin UGM. Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa etika kerja Islami akan berdampak pada tingginya komitmen organisasi dan menunjukan bahwa penerapan etika kerja Islam dapat membantu mencapai komitmen tinggi antar karyawan terhadap organisasi

(Salahudin, Baharuddin, Abdullah, & Osman, 2016). Namun penelitian ini berlatar pada perusahaan atau organisasi profit, belum dapat dipastikan hasilnya apabila diuji pada organisasi non-profit. Karena itu penelitian saya akan berfokus pada organisasi non-profit yaitu Unit Kegiatan Mahasiswa Jamaah Shalahuddin UGM.

Secara umum komitmen organisasi dapat kita definisikan sebagai sejauh mana seorang karyawan berdedikasi untuk organisasi mereka dan bersedia untuk bekerja atas nama organisasi, serta kemungkinan bahwa mereka akan mempertahankan keanggotaan mereka (Jex & Britt, 2008). Menurut Porter, Steers, Mowday, dan Boulian (1973) komitmen adalah kuatnya pengenalan dan keterlibatan seseorang dalam suatu organisasi tertentu. Meyer dan Allen (1990) memberikan definisi komitmen organisasi sebagai suatu konstruk psikologis yang merupakan karakteristik hubungan dari anggota organisasi dan organisasinya dan memiliki dampak terhadap keputusan individu tersebut untuk melanjutkan keanggotaannya dalam berorganisasi.

Meyer dan Allen (1991) mengajukan model tiga komponen dari komitmen organisasi: komitmen afektif, komitmen normatif, dan komitmen kontinu. Seorang karyawan bisa saja memiliki kombinasi dari ketiga komponen komitmen tersebut.

a. Komitmen Afektif adalah keinginan untuk tetap menjadi anggota organisasi karena keterikatan emosional dengan organisasi, yang dinyatakan dengan identifikasi dan keterlibatan dalan kegiatan-kegiatan organisasi.
b. Komitmen normatif adalah keinginan untuk tetap menjadi anggota organisasi yang bersumber dari perasaan kewajiban yang dimiliki anggota. Perasaan ini timbul

karena adanya rasa utang budi pada organisasi yang telah memberikan banyak hal pada individu tersebut.

c. Komitmen kontinu merupakan keinginan untuk tetap menjadi anggota organisasi karena sadar akan kerugian jika meninggalkan organisasi tersebut. Komitmen kontinu hadir ketika karyawan merasa bahwa mereka akan mendapat keuntungan jika mereka bertahan dan akan merugikan jika mereka keluar (Yahaya & Ebrahim, 2016).

Hashi (dalam Salahudin dkk., 2016) merumuskan etika Islami sebagai prinsip benar dan salah yang tujukan untuk mendemonstrasikan apa yang manusia harus lakukan berdasar ajaran Quran dan yang diperlihatkan oleh kehidupan Nabi Muhammad. Etika Islam menjadikan manusia dalam berperilaku sehari-hari menjadikan Allah sebagai pegangan hidupnya (*anchor*), hal ini diwujudkan melalui berbagai prinsip-prinsip aturan kehidupan yang dijadikan pegangan oleh manusia (*virtue*) yang bersumber dari Allah (Riyono, 2012).

Islam memandang sebuah pekerjaan adalah sebuah kebajikan yang bila mengerjakannya dapat memperoleh pahala dan merupakan salah satu cara manusia untuk menyeimbangkan kehidupan sosialnya. Konsep ini bersumber dari Al-Qur'an dan Hadist nabi Muhammad SAW (Ali, 1992). Dengan demikian, seorang muslim yang menganggap bekerja sebagai bentuk ibadah dia kepada Allah, dia seharusnya dalam menjalankan pekerjaannya akan menyandarkan atau berpegang kepada etika kerja Islam yang bersumber dari Allah.

Metode Penelitian

Total subjek yang mengikuti penelitian ini adalah 53 orang, yang terdiri dari 35 orang laki-laki dan 18 orang perempuan. Rentang umur subjek mulai dari 18 – 22 tahun. Subjek dari penelitian ini adalah anggota dari UKM Jamaah Shalahuddin Universitas Gadjah Mada yang berstatus minimal sebagai anggota satu Jamah Shalahuddin. Subjek dibatasi kepada anggota yang menjadi pengurus Jamaah Shalahuddin dan terdaftar di bagan kepengurusan tahun 2017-2018/1439H. Subjek juga dibatas kepada anggota yang berada pada rentang angkatan 2015-2017.

Variabel Dependen dalam penelitian ini adalah Komitmen Organisasi yang didefinisikan sebagai sifat hubungan antara anggota dan organisasi. Indikator yang digunakan untuk mengukur komitmen organisasi ini berlandaskan pada tiga dimensi komitmen organisasi oleh Allen dan Meyer (1991) yaitu komitmen afektif, komitmen kontinu, dan komitmen normatif.

Variabel Independen dalam penelitian ini adalah Etika Kerja Islam yang didefinisikan sebagai seberapa jauh seseorang mendasarkan dirinya dalam bekerja melalui prinsip-prinsip dasar keislamanan yang bersumber dari Al-Qur'an dan Hadist.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur komitmen organisasi adalah skala yang disusun berdasarkan atas teori Allen dan Meyer (1991). Skala ini mengungkapkan tiga dimensi komitmen organisasi yaitu komitmen afektif, komitmen kontinu, dan komitmen normatif. Skala komitmen organisasi ini terdiri dari 22 pernyataan dan telah dikembangkan dengan menyesuaikan bahasa oleh penulis sehingga sesuai dengan subjek. Pernyataan dibuat dalam lima pilihan jawaban yang terdiri dari: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Pemberian skor untuk respon subjek dalam

aitem adalah 1 untuk respon STS, 2 untuk respon TS, 3 untuk respon N, 4 untuk respon S, dan 5 untuk respon SS. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula komitmen organisasinya.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur etika kerja Islam adalah skala *virtue* yang merupakan bagian dari Skala *anchor* yang disusun oleh Riyono (2012). Konsep *virtue* sendiri merupakan prinsip-prinsip luhur (etika) yang dijadikan individu sebagai pengangan dalam kehidupan. Skala ini tersusun atas 10 aitem yang seluruhnya bersifat *favorable*. Model skala yang diaplikasikan ini adalah bentuk *likert* dengan 5 pilihan respon yaitu SS (sangat sesuai), S (sesuai), CS (cukup sesuai), TS (tidak sesuai), dan STS (sangat tidak sesuai) dengan nilai skor pada masing-masing pilihan ada lah 5 untuk respon SS, 4 untuk reson S, 3 untuk respon CS, 2 untuk respon TS, dan 1 untuk respon STS.

Prosedur

Prosedur pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan kuisioner yang diberikan secara langsung kepada subjek anggota UKM Jamaah Shalahuddin. Pengambilan data dilakukan selama 17 hari dengan cara peneliti mendatangi langsung sekretariat UKM Jamaah Shalahuddin dan memberikan kuisioner kepada anggota yang berada di lokasi.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode korelasi *product moment* dari *Pearson*. Metode ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel penelitian. Persyaratan yang harus dipenuhi sebelum melakukan analisis korelasi *product moment* adalah melakukan uji normalitas. Uji normalitas dilakukan menggunakan metode *Kolmogorof-Smirnov* untuk melihat apakah bentuk sebaran

empiris mengikuti bentuk distribusi normal teoretis. Nilai $p>0.05$ mengindikasikan bahwa tidak ada perbedaan antara data empirik dengan data teoretik.

Hasil dan Diskusi

Uji hipotesis pada penelitian ini mengunakan teknik korelasi *Pearson product moment.* Hasil analisis korelasi *pearson* yang diperoleh menunjukan korelasi variabel etika kerja Islam dengan komitmen organisasi pada dimensi komitmen afektif sebesar $r = -0.66$, $p = 0.637$, dapat diartikan tidak ada hubungan signifikan antara etika kerja Islam dengan komitmen organisasi afektif. Korelasi dengan dimensi komitmen kontinu sebesar $r = -0.068$, $p = 0.627$, dapat diartikan tidak ada hubungan yang signifikan antara etika kerja Islam dengan komitmen organisasi kontinu. Korelasi dengan dimensi komitmen normatif sebesar $r = 0.325$, $p = 0.018$, dapat diartikan ada hubungan siginifikan antara etika kerja Islam dengan komitmen organisasi normatif.

Etika kerja Islam tidak berhubungan signifikan dengan dimensi komitmen afektif. Artinya bertambahnya tingkat etika kerja Islam pada diri anggota Jamaah Shalahudin tidak memiliki hubungan dengan bertambah atau berkurangnya komitmen afektif individu. Arah hubungan negatif juga tidak dapat dijelaskan karena kedua variabel ini tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Komitmen afektif ini dinyatakan dengan identifikasi dan keterlibatan dalam kegiatan-kegiatan organisasi (Meyer & Allen 1990). Identifikasi sendiri berawal dari saat anggota Jamaah Shalahuddin mendaftarkan diri di UKM tersebut dan selama ia berada di UKM itu. Tidak adanya hubungan ini dapat disebabkan

karena anggota tersebut belum mengidentifikasi dirinya dengan Jamaah Shalahuddin. Ada kekurangan dalam proses penanaman identifikasi ini oleh pengurus Jamaah Shalahuddin kepada anggota-anggotanya.

Keterlibatan dalam kegiatan-kegiatan organisasi juga menjadi salah satu hal yang berkaitan dengan berkembangnya komitmen afektif. Anggota jamaah shalahuddin walaupun menggunakan etika kerja Islam dalam kesehariannya berorganisasi, dibuktikan dengan kebanyakan anggota Jamaah Shalahuddin berdasarkan kategorisasi data berada pada kategori tinggi pada etika kerja Islamnya tapi tidak diiringi dengan mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilakukan UKM. Partisipasi yang sedikit dari anggota Jamaah Shalahuddin dalam kegiatan-kegiatan rutin UKM menjadi hal yang sering didapati. Hal ini terjadi karena anggota yang terlalu sibuk dengan kegiatannya yang lain sehingga tidak bisa menyempatkan waktu untuk hadir dalam kegiatan Jamaah Shalahuddin.. Kurangnya keterlibatan anggota dalam kegiatan-kegiatan organisasi ini menyebabkan tidak tumbuhnya komitmen afektif pada diri anggota Jamaah Shalahuddin.

Seorang anggota yang memiliki afektif komitmen yang rendah cenderung akan lebih mungkin keluar dari organisasi tersebut, karena anggota mereka tidak terikat secara emosional dan mengidentifikasi diri dengan organisasi (Muthukumaran, 2017). Hal ini juga terjadi pada Jamaah Shalahuddin dimana tingkat *turnover* nya cukup tinggi. Jika dibandingkan saat awal perekrutan yang dapat merekrut hampir 400 anggota, namun yang bertahan sampai tahun kedua keanggotaan hanya berjumlah kurang dari 20 orang.

Etika kerja Islam tidak berhubungan signifikan dengan dimensi komitmen kontinu. Artinya bertambahnya tingkat etika kerja Islam pada diri anggota Jamaah Shalahudin tidak memiliki hubungan dengan bertambah atau berkurangnya komitmen kontinu individu.

Beck dan Welson (2000) menyebutkan bahwa komitmen kontinu merupakan kelekatan anggota dengan organisasinya berdasarkan instrumen atau materi, dimana asosiasi anggota terhadap organisasinya berdasar pada daya tarik dari *reward* dan keuntungan ekonomi bukan dengan adanya kesamaan tujuan dan nilai-nilai. Hubungan negatif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pemahaman anggota Jamaah Shalahuddin terhadap etika kerja Islam maka akan membuatnya tetap berada di Jamaah Shalahuddin bukan karena mengejar keuntungan materi ataupun perhitungan untung-rugi. Hal ini juga didukung berdasarkan dasar dari etika kerja Islami yang menekankan bahwa bekerja adalah bagian dari ibadah, sehingga balasannya bukan berupa materi duniawi.

Walaupun tidak memiliki hubungan yang signifikan tapi korelasi yang dihasilkan memiliki arah negatif. Hasil ini bertentangan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Shalahuddin, dkk (2016) yang mendapatkan arah hubungan yang positif. Arah hubungan yang negatif ini jika dilihat diakibatkan karena aitem-aitem pada alat ukur yang ternyata saat dijawab oleh anggota UKM kebanyakan memilih opsi tidak setuju atau netral. Banyaknya pilihan tidak setuju atau netral ini menjadi penyebab kenapa hasilnya memiliki arah negatif, berkebalikan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menggunakan subjek karyawan bank.

Etika kerja Islam berhubungan signifikan dengan dimensi komitmen normatif. Hubungan kedua variabel ini signifikan dan arah hubungannya positif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin bertambahnya tingkat pemahaman etika kerja Islam pada anggota Jamaah Shalahuddin maka komitmen normatif pada anggota Jamaah Shalahuddin juga semakin meningkat. Hasil ini didukung dengan hasil peneitian sebelumnya yang dilakukan oleh Shalahuddin dkk (2016).

Komitmen normatif tumbuh karena adanya perasaan hutang moral anggota karena organisasi telah memberikan banyak hal padanya. Anggota yang bergabung dengan UKM Jamaah Shalahuddin telah diberi berbagai hal oleh UKM ini, mulai dari pengalaman berorganisasi, pengalaman mengelola *event*, meningkatnya pemahaman dalam beragama, hingga bertambahnya jaringan ke tokoh-tokoh nasional. Banyaknya hal yang telah mereka terima ini menyebabkan adanya hutang moral pada diri anggota, sehingga untuk membayarnya mereka merasa wajib untuk terus bertahan di Jamaah Shalahuddin.

Etika kerja Islam memerintahkan individu dalam bekerja untuk membayar (utang) atau apa yang telah diberikan kepada mereka dengan sebaik-baiknya. Bentuk pembayaran utang ini dalam bentuk anggota Jamaah Shalahuddin melakukan kinerja terbaiknya di organisasi. Bentuk lainnya adalah mereka merasa wajib untuk terus loyal di Jamaah Shalahuddin.

Etika kerja Islam menganggap bekerja adalah suatu bentuk kebajikan atau ibadah. Anggota yang bertahan dan bekerja dalam Jamaah Shalahuddin dalam konteks membayar hutang tadi tidak merasa terbebani karena dalam melakukan tugas-tugas di Jamaah Shalahuddin sama saja mereka sedang menjalankan tanggung jawab ibadah kepada Allah SWT. Bekerja karena memiliki rasa

tanggungjawab pada organisasinya sesuai dengan ajaran Islam yang menjadi dasar dari etika kerja Islam.

Kesimpulan

Sebagai kesimpulan dari pembahasan dan hasil uji hipotesis antara etika kerja Islam dengan tiga dimensi dari komitmen organisasi yang ada pada anggota Jamaah Shalahuddin menjawab pertanyaan penelitian bahwa etika kerja Islam pada anggota Jamaah Shalahuddin tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi komitmen afektif dan kontinu, namun memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi komitmen normatif.

Komitmen normatif menjadi dimensi komitmen yang berhubungan positif dengan etika kerja Islam. Hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang bergabung di Jamaah Shalahuddin yang menerapkan etika kerja Islam dalam keseharian organisasinya menumbuhkan rasa bahwa ia harus bertahan di organisasi ini karena kewajiban sebagai bentuk balas budi atas berbagai hal yang telah diberikan Jamaah Shalahuddin kepadanya. Hal ini juga membuktikan anggota Jamaah Shalahuddin telah merasakan manfaat dengan bergabung di Jamaah Shalahuddin, termasuk yang dulu ia cari ketika bergabung di UKM ini (mendapatkan jaringan yang luas, pengetahuan agama, mendapat pengalaman organisasi). Karena merasa telah diberi banyak hal oleh Jamaah Shalahuddin maka sebagai bentuk balas budi anggota Jamaah Shalahuddin tetap bertahan di UKM ini.

Saran

Pada penelitian selanjutnya peneliti menyarankan untuk menambah jumlah subjek dan memperluas cakupan organisasi keIslamannya, semisal dalam satu kabupaten atau provinsi

untuk mendapatkan data yang lebih banyak dan menghasilkan kesimpulan yang lebih komprehensif mengenai etika kerja Islam dan komitmen organisasi. Peneliti juga menyarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan komitmen afektif, etika kerja Islam, dan individualitas.

Daftar Pustaka

Ali, J. A. (1992). Islamic work ethic in Arabia. *The Journal of Psychology, 126*(5), 507-519.

Beck, K., & Wilson, C. (2000). Development of affective organizational commitment: A cross-sequential examination of change with tenure. *Journal of Vocational Behavior, 56*(1), 114–136. https://doi.org/10.1006/jvbe.1999.1712

Jex, S. M., & Britt, T. W. (2008). *Organizational psychology: A scientist-practitioner approach, 2nd edition.* John Wiley & Sons.

Meyer J.P. & Allen, N.J (1990). The measurement and the antecedents of affective, continuance, and normative commitmen to the organization. *Journal of Occupational Psychology*, 63, 1-8.

Meyer, J.P. & Allen, N.J (1991). A three-component conceptualization of organizational commitment. *Human Resource Mangement Review*, 1(1), 61-89.

Muchinsky, P. M., & Monahan, C. J. (1987). What is person–environment congruence? Supplementary versus complementary models of fit. Journal of Vocational Behavior, 31, 268–277.

Muthukumaran, M. (2017). The effect of affective commitment, continuance commitment, and normative commitment on turonver intention among bank employees. *International Journal on Global Business Management & Research, 6*(1).

Porter. L., Steers, R., Mowday. R., & Boulian, P. (1973). Organizationa commitment, job satisfaction, and turnover

among psychiatric technicians. Journal of applied psychology, 603-609.

Riyono, B. (2012). Motivasi dengan perspektif psikologi Islam. Yogyakarta: Quality Publishing.

Salahudin, S. N. bin, Baharuddin, S. S. binti, Abdullah, M. S., & Osman, A. (2016). The effect of Islamic work ethics on organizational commitment. *Procedia Economics & Finance, 35*, 582–590.

Yahaya, R., & Ebrahim, F. (2016). Leadership styles & organizational commitment: literature review. *Journal of Management Development, 35*(2), 190–216.

Bab 9

Hubungan antara *Khusnudzon*, Sabar, dan Kualitas Pernikahan pada Pasangan *Long Distance Marriage*

Anis Syifa Nuraini & Audi Vidya Putri Amirza
Universitas Islam Indonesia Yogyakarta
anissyifan96@gmail.com, thereyhan91@gmail.com, audividya@gmail.com

Pendahuluan

Dewasa ini fenomena *long distance marriage* (LDM) sudah banyak terjadi di kalangan masyarakat. Maines mendefinisikan *long distance marriage* (LDM) merupakan sebuah pernikahan terpisah yang dijalani oleh suami dan istri yang didasari oleh komitmen sebelum adanya pernikahan karena adanya tuntutan pekerjaan (Margiani & Ekayati, 2013) atau bersekolah (Ramadhini & Hendriani, 2015). Pasangan *long distance marriage* berpisah secara fisik antara satu dengan yang lain dalam beberapa periode waktu (Suminar & Kaddi, 2018). Berpisahnya suami dan istri, menimbulkan berbagai permasalahan dalam rumah tangga. Permasalahan yang sering terjadi adalah masalah komunikasi (Rachmawati & Mastuti, 2013), keintiman (Prameswara & Sakti,

2016), perasaan menjadi *single parent* pada istri (Margiani & Ekayati, 2013) dan meningkatnya stres pada pasangan (Nastiti & Bimantoro, 2017). Menurut hasil wawancara yang telah dilakukan, subjek DA mengatakan:

> *"Kalau waktu LDM ya susah komunikasi, kadang jadi nggak tahu apa yang dilakukan sama suami. Ya Cuma bisa percaya dan mikir yang baik-baik mengenai apa yang suami lakukan saja. Kadang juga sedih soalnya ngurus anak sendiri."*

Selain itu, subjek IF mengatakan :

> *"Kalau LDM yang kerasa berat kalau misal saya sakit, nggak ada yang bantu untuk mengurus anak. Selain itu kalau misalnya di rumah ada kerusakan, kadang bingung juga mau minta tolong sama siapa. Ya disini butuh kesabaran banget, nunggu pulangnya suami, sabar juga kalau apa-apa ya nggak bisa apa-apa juga. "*

Berbagai permasalahan dalam rumah tangga pasangan *long distance marriage* jika tidak diselesaikan akan berpengaruh kepada kualitas pernikahan. Kualitas pernikahan menurut Spanier (1976) merupakan evaluasi individu mengenai kepuasan pernikahan yang dijalani, kebiasaan yang sering dilakukan oleh pasangan, peraturan yang diterapkan pada pasangan dan intensitas hubungan seksual pada pasangan. Sejalan dengan pendapat tersebut, Fletcher, Simpson dan Thomas (2000) menambahkan bahwa untuk mengetahui kualitas pernikahan individu haruslah mengevalusi pernikahan melalui sudut pandang pasangan seperti perasaan cinta, rasa kepercayaan dan komitmen yang dimiliki.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, dapat diketahui cara untuk mempertahankan pernikahan dan menjaga hubungan yang baik pada pasangan *long distance marriage* adalah dengan bersabar dan berfikir positif. Sabar menurut Al-Jauziyyah (2006) merupakan sikap menahan diri dan lisan dari mengeluh, serta mengontrol anggota tubuh untuk menghindari perilaku

menyakiti, merusak, dan kekerasan. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Muliadi (2017) bahwa strategi untuk mempertahankan pernikahan pada pasangan *long distance marriage* adalah dengan tidak mengeluhkan hubungan yang sedang dijalani.

Selain itu, salah satu cara untuk mempertahankan pernikahan adalah dengan berfikir positif. berfikir positif merupakan interpretasi dari orientasi masa lalu, saat ini dan masa yang akan datang dengan ekspektasi yang positif (Khodayarifard, Zandi dan Akbari-Zardkhaneh, 2016). Berfikir positif didalam Islam dinamakan *khusnudzon*. Menurut Rusydi (2012) *khusnudzon* merupakan sikap yang muncul dari dalam hati yang tentram dan tenang untuk menerima segala sesuatu yang ditetapkan Allah SWT, sehingga individu tidak merasa *khawtir* dan curiga atas ketetapan Allah. Pada pasangan *long distance marriage*, pasangan diharuskan mengubah pikiran negatif menjadi pikiran positif agar terhindar dari permasalahan rumah tangga, yaitu stres (Litiloly & Swastiningsih, 2014). Dari pemaparan diatas, peneliti ingin mengetahui hubungan antara *khusnudzon*, sabar dan kualitas perkawinan pada pasangan *long distance marriage*. Apakah *khusnudzon* dan sabar dapat memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage?* Apakah *khusnudzon* dapat memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage?* Apakah sabar dapat memprediksi kualitas menikah pasangan *long distance marriage*?

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Pada penelitian ini variabel penelitian yang digunakan adalah *khusnudzon*, sabar dan kualitas pernikahan. Pada penelitian ini *khusnudzon* merupakan proses kognisi, dimana

individu memiliki pemikiran yang positif terhadap pasangan yang sedang berada jauh dari individu. Sabar merupakan proses afeksi pada diri individu untuk menahan diri dari perilaku yang tidak menyenangkan terhadap pasangannya. Sedangkan kualitas pernikahan adalah evaluasi pernikahan yang dirasakan oleh pasangan.

Sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria subjek yang digunakan adalah laki-laki atau perempuan yang sedang menjalani *long distance marriage* dengan pasangannya. Metode pengumpulan data yang digunakan berbentuk skala dengan model skala likert untuk variabel *khusnudzon* yang memiliki aspek yaitu berprasangka baik kepada Tuhan dan berprasangka baik terhadap sesama (Rusydi, 2012). Serta variabel sabar yang memiliki aspek menahan diri untuk tidak tergesa-gesa dalam melakukan sesuatu, tidak berkeluh kesah dalam menerima cobaan, menahan diri untuk tetap bertahan pada hal-hal yang tidak disukai, menahan diri dari dorongan nafsu kemarahan dan menjaga diri dari kelebihan dunia (Al-jauziyyah, 2006). Variabel *khusnudzon* terdiri 11 aitem dan variabel sabar terdiri dari 8 aitem yang terdiri dari pernyataan *favourable* dan *unfavorable.* Variabel kualitas pernikahan disusun dengan menggunakan skala rating mengacu pada skala yang dikembangkan oleh Fletcher, Simpson dan Thomas (2000) dengan aspek kepuasan pernikahan, komitmen pada pasangan, keintiman pada pasangan, kepercayaan pada pasangan, keinginan besar terhadap hubungan pernikahan dan cinta terhadap pasangan.

Pada penelitian ini, untuk mengetahui validitas dilihat dari *corrected aitem total correlation* dan reliabilitas yang dilihat dari *cornbach alpha.* Skala *khusnudzon* memiliki validitas yang bergerak dari 0.112-0.633 dengan nilai reliabilitas 0.745. Skala

sabar memiliki validitas yang bergerak dari 0.151-0.667 dengan reliabilitas 0.715. skala kualitas pernikahan memiliki validitas yang bergerak dari 0.159-0.712 dengan nilai reliabilitas 0.889.

Hasil dan Pembahasan

Responden pada penelitian ini berjumlah 59 responden. Responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 14 responden dengan prosentase 23,72%. Responden dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 45 dengan prosentase 76,27%.

Responden penelitian diketahui memiliki beragam rentang waktu untuk bertemu dengan pasangannya. 17 responden memiliki waktu bertemu dengan pasangan satu kali dalam waktu satu hingga dua minggu dengan prosentase 28,81%. 36 responden memiliki waktu bertemu dengan pasangan satu kali dalam waktu satu hingga empat bulan. Tiga responden memiliki waktu bertemu dengan pasangannya satu kali dalam empat hingga delapan bulan. Tiga responden bertemu dengan pasangannya satu kali dalam delapan hingga 12 buan.

Tabel 1. *Tabel diskriptif*

Kategori	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	23.72%
Perempuan	45	76.27%
Total	**59 orang**	**100%**

Frekuensi Bertemu Pasangan		
1-2minggu sekali	17	
1-4 bulan sekali	36	28,81%
4-8 bulan sekali	3	61,01%
8-12 bulan sekali	3	5.08%
		5.08%
Total	**59 orang**	**100%**

Sebelum dilakukan uji hipotesis, dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah persebaran data normal atau tidak. Data dikatakan normal apabila $p>0.05$. Pada penelitian ini variabel *khusnudzon* memiliki $p=0.077$ ($p>0.05$), variabel sabar memiliki nilai $p=0.2$ ($p>0.05$) dan variabel kualitas pernikahan memiliki nilai $p=0.167$ $p>0.05$, sehingga dapat dikatakan data terdistribusi normal.

Tabel 2. *Uji normalitas*

Variabel	P	Keterangan
Khusnudzon	0.077	Normal
Sabar	0.200	Normal
Kualitas Pernikahan	0.167	Normal

Setelah dilakukan uji normalitas, dilakukan uji linearitas untuk mengetahui apakah seluruh variabel memiliki korelasi yang signifikan atau tidak. Dikatakan linear apabila nilai $p<0.05$. Pada penelitian ini *khusnudzon* memiliki nilai $p=0.00$ $p<0.05$ sehingga dapat dikatakan antara *khusnudzon* dan kualitas

pernikahan memiliki hubungan yang linear dan tidak memiliki kecenderungan menyimpang dari garis lurus. Sedangkan antara variabel sabar dan kualitas pernikahan memiliki nilai p=0.06 p>0.05 sehingga sabar dan kualitas pernikahan tidak linear dan memiliki kecenderungan menyimpang dari garis lurus.

Tabel 3. *Uji linearitas*

Variabel	P	R Square	Keterangan
Kualitas Pernikaha *Khusnudzon*	0.000	0.266	*Linear*
Kualitas Pernikahan*Sabar	0.604	0.005	*Tidak Linear*

Setelah dilakukan uji asumsi, dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji regresi. Hal ini untuk melihat apakah *khusnudzon* dan sabar dapat mempengaruhi kualitas pernikahan. Berdasarkan tabel 4, diperoleh nilai F sebesar 10.663 dengan nilai signifikansi 0.001 (p<0.001) sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis mayor pada penelitian ini diterima. Variabel *khusnudzon* dan variabel sabar dapat memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage*. Pada nilai R square didapatkan hasil 0.276. Dapat dikatakan bahwa variabel *khusnudzon* dan sabar dapat memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage* sebesar 27,6%.

Tabel 4. *Uji hipotesis mayor*

Model	F	Signifikansi	R Square
Regression	10.663	<0.001	0.276

Uji regresi berganda dilakukan untuk melihat hipotesis minor yaitu variabel *khusnudzon* memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage* dan variabel sabar memprediksi

kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage.* Dapat dilihat bahwa pada variabel *khusnudzon* memiliki nilai T sebesar 4.578, dengan nilai beta 0.548 dengan signifikansi 0.000 ($p<0.001$) sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *khusnudzon* dapat memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage.* Berbeda dengan variabel sabar yang memiliki nilai T sebesar -0.854 dan nilai beta -0.102 dengan signifikansi 0.397 ($p>0.01$) sehingga dapat dikatakan bahwa variabel kesabaran tidak dapat memprediksi kualitas pernikahan.

Tabel 5. *Uji hipotesis minor*

Variabel	T	Beta	Signifikansi
Khusnudzon	4.578	.548	.000
Sabar	-.854	-.102	.397

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa variabel *khusnudzon* dapat memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage. Khusnudzon* pada pasangan *long distance marriage* dapat diartikan sebagai bentuk pikiran positif yang dimiliki oleh suami atau istri yang sedang jauh dari pasangannya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bertoni dan Bodenmann (2010) yang mengatakan bahwa pasangan yang memiliki pikiran positif akan merasa puas dengan pernikahan yang sedang dijalani. Penelitian lainnya dilakukan oleh Nariamani dan Naeim, 2016 bahwa berfikir positif dapat mempengaruhi keintiman pernikahan yang merupakan salah satu aspek dari kualitas pernikahan.

Sejalan dengan hal tersebut, *khusnudzon* memiliki aspek yaitu berprasangka baik terhadap sesama dan berprasangka baik terhadap Tuhan. Penelitian yang dilakukan oleh Asoodeh, Khalili,

Dneshpour dan Lavasani, 2010 menjelaskan bahwa pasangan yang memiliki kualitas pernikahan yang baik adalah pasangan yang sukses serta memiliki rasa saling percaya dan berprasangka baik antar sesamanya maupun memiliki rasa percaya dan berprasangka terhadap Tuhan.

Selain itu, sabar jika diiringi dengan *khusnudzon* akan memprediksi kualitas pernikahan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kumala dan Handayani (2015) yang mengatakan bahwa dengan sabar dan perilaku positif akan meningkatkan kualitas pernikahan. Namun, disisi lain, pada pasangan yang menjalani *long distance marriage*, sabar belum dapat menjadi variabel yang dapat memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan. Hal ini dikarenakan, menurut Salasiah dan Akhir (2013) bahwa pasangan *long distance marriage* masih banyak yang kurang bersabar dengan mengeluh dan kurang mensyukuri nikmat yang telah diberikan.

Pada hipotesis minor penelitian ini, variabel sabar tidak dapat memprediksi kualitas pernikahan pada pasangan *long ditance marriage*. Hal ini dikarenakan terdapat faktor lain yang mempengaruhi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage*. Pada pasangan *long distance marriage* untuk mencapai kualitas dalam pernikahan, dihruskan memiliki kemampuan untuk memaafkan pasangan, sikap *khusnudzon*, sikap terbuka, memiliki komunikasi yang baik antar pasangan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data didapatkan nilai nilai $p=0.001$ ($p<0.05$) sehingga menunjukkan hasil yang siginifikan. Hal ini berarti hipotesis yang mengatakan bahwa *khusnudzon* dan sabar

dapat mempengaruhi kualitas pernikahan pada pasangan *long distance marriage* diterima.

Daftar Pustaka

Al-Jauziyyah, A. I. Q. (2006). *Kemuliaan sabar dan keagungan syukur*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.

Assodeh, M. H., Khalili, S., Daheshpour, M., & Lavasani, A. G. (2010). Factors of successful marriage: Accounts from self described happy couples. *Procedia Social and Behavioral Science, 5,* 2041-2046.

Bertoni, A., & Bodenmann, G. (2010). Satisfied and dissatisfied couples: positive and negative dimensions, conflict styles, and relationships ith family of origin. *Europen Psychologist, 15*(3), 175-184.

Bulbul,A., E. & Arslan, C. (2017). Investigation of patience tendency levels in term of self-determination, self-compassion and personality features. *Universal Journal of Educational Research, 5*(9). 1632-1645.

Fletcher, G., J., O., Simpson, J., A. & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality component: a confirmatory factor analytic approach. *Personality and social psychology Bulletin, 26,* 340-354.

Khodayarifard, M., Zandi, S. & Akbari-Zardkhaneh,S. (2016). Positive psychology from islamic prespective. *International journal behavioral science, 10*(2). 77-83.

Kumala, A., & Trihandayani, D. (2015). Peran memaafkan dan sabar dalam menciptakan kualitas pernikahan. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi : Kajian Empiris &Non Empiris, 1*(1). 39-44.

Litiloly, F. & Swastiningsih, S. (2014). Manajemen Stress pada istri yang mengalami long distance marriage. *Emphaty, 2*(2). 53-61.

Muliadi, G., M. (2017). Relationship Maintenance dalam commited romantic relationship pasangan suami istri yang menjalani commuter marriage *5*(1). 1-10.

Margiani, K., & Ekayani, I.E. (2013). Stres, dukungan keluarga dan agresivitas pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 2(3), 191 – 195.*

Narimani, M., & Naeim, M. (2016). Effectiveness of positive thinking on marital intimacy and life quality of mothers with retarded child. *World Applied Sciences Journal, 34*(5)*, 635-639.*

Nastiti, B., S. & Bimantoro, Y., B. (2017). A study on the marriage phenomenology of commuter Marriage Spouse. *Guidena Journal. 7*(1), 16-22.

Prameswara, A.D., & Sakti, H. (2016). Pernikahan jarak jauh (studi kualitatif fenomenologis pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh). *Jurnal Empati, 5(3), 417-423*

Rachmawati, D & Mastuti, E. (2013). Perbedaan tingkat kepuasan perkawinan ditinjau dari tingkat penyesuaian perkawinan pada istri brigif 1 marinir TNI-AL menjalani long distance marriage. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, 2(1), 1-8.*

Ramadhini, S. & Hendriani, W. (2015). Gambaran trust pada wanita dewasa awal yang sedang mengalami long distance marriage. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental.* 4. (1). 15-20.

Rusydi, A. (2012). Husn-Al-Zhann : Konsep berfikir positif dalam prespektif psikologi islam dan manfaatnya bagi kesehatan mental. *Proyeksi.* 7. (1). 1-31.

Salasiah, H. & Akhir, N., S., M. (2013). Islamic approach in counseling. *Journal of Religion and health, 53*(1), 279-289.

Suminar, J., R. & Kaddi, S., M. (2018). The phenomenon of marriage couples with long distance relationship. *Mimbar.* 34. (1). 121-129.

Yusuf, M., Kahfi, D., & Chaer, M.T., (2018). Sabar dalam perspektif islam dan barat. *Al Murabbi, 4*(2), 233-246.

Pelatihan Syukur untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa

Moh. Aminullah & Siti Urbayatun
Magister Psikologi Profesi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
aminullahmoh@gmail.com, siti.urbayatun@psy.uad.ac.id

Pendahuluan

Indosesia dalam menghadapi persaingan global diperlukan suatu upaya untuk mengembangkan dan meningkatkan mutu sumber daya manusia. Peningkatan mutu sumber daya manusia ini tidak pernah terlepas dari kualitas pendidikan. Pendidikan yang berkualitas dapat terbentuk jika terdapat proses pendidikan yang tidak hanya membekali kemampuan kognitif saja, akan tetapi juga pada kemampuan afektif dan psikomotorik peserta didik (Isjoni, 2012). Pendidikan yang berkualitas dinilai dari tingkat kesejahteraan para siswa. Petegem, dkk., (2008) menyatakan bahwa Kesejahteraan dalam kebijakan bidang pendidikan di banyak negara dijadikan sebagai indikator penting untuk menilai kualitas pendidikan. Kesejahteraan siswa merupakan urusan yang

tidak kalah penting bagi sekolah terkait dengan derajat keefektifan fungsi siswa dilingkungan sekolah (Fraillon, 2004).

Kesejahteraan siswa mempengaruhi sebagian besar aspek fungsi siswa di sekolah dan merupakan faktor penting yang mempengaruhi hasil belajar dan perkembangannya (Smith dan Lindell, 2010). Oleh karena itu, kesejahteraan siswa sangat berperan dalam mengoptimalkan potensi kognitif, afektif, dan psikomotoriknya yang akan berpengaruh pada prestasi siswa di sekolah. Siswa yang merasa sejahtera akan mampu memperluas persepsinya dimasa mendatang dan mampu membentuk kesejahteraan psikologis yaitu kondisi ketika siswa tanpa mengalami *distress* psikologis. Kesejahteraan psikologis siswa yang rendah akan mengakibatkan efek negatif bagi psikologis dan menghambat perkembangan diri serta dapat mengakibatkan timbulnya ketidakberdayaan, sehingga menerima keadaan apa adanya tanpa ada usaha dari diri sendiri (Mawarpury, 2013).

Lembaga sekolah yang menaungi pendidikan menengah atau sekolah lanjut tingkat pertama, perlu memperhatikan kesejahteraan siswa siswinya. Transisi menuju sekolah menengah atau sekolah lanjut tingkat pertama dari sekolah dasar merupakan suatu pengalaman yang normatif bagi anak-anak. Ketika siswa mengalami transisi ini, maka siswa akan menghadapi *top-dog phenomenon* (fenomena yang dari atas ke bawah), yaitu keadaan-keadaan dimana siswa bergerak dari posisi yang paling atas (di sekolah dasar menjadi yang tertua, terbesar, dan paling berkuasa) menuju posisi yang paling rendah (di sekolah menengah atau sekolah lanjut tingkat pertama menjadi yang paling muda, paling kecil, dan paling tidak berkuasa di sekolah) (Santrock, 2003).

Berdasarkan hasil wawancara kepada dua siswa dan guru di salah satu MTs Yogyakarta pada bulan Maret 2016 menunjukan,

problematika siswa yang sering terjadi adalah kasus *bullying*, perkelahian antar siswa, perilaku merokok, minum minuman beralkohol, bolos sekolah, perasaan tidak terima saat di marahi oleh guru, tidak percaya diri, dan prestasi akademik yang rendah. Hal ini menandakan bahwa bebrapa aspek dari kesejahteraan psikologis siswa yang kurang baik seperti, hubungan dengan orang lain, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, penerimaan diri.

Laporan dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Jumlah anak sebagai pelaku kekerasan (*bullying*) di sekolah mengalami kenaikan dari 67 kasus pada 2014 menjadi 79 kasus di 2015. Anak sebagai pelaku tawuran juga mengalami kenaikan dari 46 kasus di 2014 menjadi 103 kasus di 2015 (Repoblika.co.id). kasus *bullying* dan tauran ini mengindikasikan ketidaksejahteraan psikologis pada siswa terutama pada dimensi hubungan positif dengan orang lain.

Sekolah sebagai salah satu tempat bertumbuh dan berkembangnya remaja. Idealnya dihadapkan dengan kondisi sekolah yang nyaman, agar mereka mampu mengelola emosi, prilaku, dan permasalahan yang dihadapinya, karena hampir separuh dari waktunya mereka habiskan di sekolah (Fachturahman dkk, 2012). Oleh karena itu, remaja perlu merasa sejahtera ketika berada dilingkungan sekolah dan agar potensi yang dimilikinya bisa dikembangkan secara maksimal.

Idealnya semua siswa ingin memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal dan mampu merealisasikan potensi diri secara utuh. Akan tetapi, tidak semua siswa memiliki kesejahteraan psikologis seperti itu dan dapat merealisasikan potensi dirinya secara utuh. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, salah satunya adalah *gratitude.* Watkins,

Woodward, Stone, dan Kolts (2003) menjelaskan bahwa syukur memiliki hubungan dengan berbagai aspek dan komponen terhadap kesejahteraan, individu yang memiliki pola pikir untuk terus bersyukur adalah individu yang sejahtera.

Syukur (*gratitude*) dalam pandangan barat merupakan suatu keadaan emosi dan cara menyikapi hidup yang menjadi sumber kekuatan manusia untuk meningkatkan kapasitas diri dan menjaga hubungan baik dengan orang lain (Emmons & Crumpler, 2000). Syukur dalam pandangan Islam merupakan Perwujudan rasa syukur kepada Allah melalui hati, lisan dan perbuatan (El-Fati, 2015). Dengan demikaian hakikat syukur dalam konteks Barat lebih kepada adanya perasaan dan keinginan berbuat baik untuk membalas kebaikan orang lain atas apa yang dilakukan kepadanya, sedangkan hakikat syukur dalam konteks Islam lebih kepada ucapan terima kasih kepada Allah atas apa yang diberikan kepadanya dengan cara mengagungkan nama-Nya melalui hati dan lisan yang disertai dengan perbuatan amal jariah yang dikehendaki oleh Allah SWT.

Penelitian yang dilakukan oleh Anas, Aijas dan Nazam (2015) mengungkapkan bahwa rasa syukur memiliki korelasi positif dengan kesejahteraan psikologis remaja. Semakin sering remaja bersyukur maka semakin tinggi kesejahteraannya dan sebaliknya remaja kurang bersyukur maka semakin rendah kesejahteraan psikologisnya. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2012) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *gratitude* dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Berdasarkan telaah dari beberapa penelitian yang telah dipaparkan tersebut. Bahwa syukur memiliki korelasi positif terhadap kesejahteraan psikologis seseorang. Peneliti bermaksud

untuk menguji apakah pelatihan bersyukur dalam konsep Islam dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa MTs XXX Yogyakarta

Kesejahteraan Psikologis

Ryff dan Singer (2008) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai tingkat keberfungsian individu sepenuhnya yang meliputi dimensi penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Hurlock (2013) menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi terpenuhi atau tidaknya sikap *acceptance* (penerimaan), *affection* (kasih sayang) dan *Achievement* (pencapaian) dari individu tersebut.

Dari beberapa pengertian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan tingkat keberfungsian individu secara utuh yang menentukan kondisi terpenuhi atau tidaknya dimensi penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, memiliki tujuan dalam hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi seseorang, yaitu kesehatan, usia, gender, sosial ekonomi, dukungan sosial, religiusitas dan spiritualitas, optimisme, keperibadian, dan *gratitude.*

Syukur Pandangan Barat

Kebersyukuran dalam bahasa Inggris disebut *gratitude*. Kata *gratitude* berasal dari bahasa latin yaitu *gratia* yang berarti kelembutan, kebaikan hati atau terima kasih (Pruyser 1976; Emmons & McCullough, 2003). Emmons & Crumpler (2000) mendefinisikan *gratitude* sebagai suatu keadaan emosi dan cara menyikapi hidup yang menjadi sumber kekuatan manusia untuk meningkatkan kapasitas diri dan menjaga hubungan baik dengan orang lain. McCullough, Emmons, & Tsang (2004) mendefinisikan kebersyukuran diartikan sebagai merepleksikan kebaikan yang diterima melalui aspirasi perasaan dan tindakan untuk membalas kebaikan orang lain, seperti menolong dan membalas kebaikan orang lain. Dengan demikian hakikat syukur dalam konteks barat merupakan adanya perasaan dan keinginan berbuat baik untuk membalas kebaikan orang lain atas apa yang dilakukan kepadanya.

Berdasarkan pengertian yang dikemukakan oleh beberapa ahli sebelumnya, secara umum dapat disimpulkan bahwa *gratitude* atau syukur merupakan adanya perasaan dan keinginan untuk membalas kebaikan atau kedamaian yang diterimanya baik itu kepada Tuhan sebagai pemberi nikmat maupun manusia sebagai mahluk sesama yang suka membantunya.

Syukur Pandangan Islam

Ubaid (2012) mendefinisikan syukur sebagai memuji Dzat yang memberi kenikmatan atas limpahan kebaikan yang Dia anugerahkan. Imam Nawawi (El-fati, 2015) dalam kitab tafsirnya mengatakan esensi syukur sebagai pengakuan atas kenikmatan yang diberikan oleh Sang Maha Pemurah disertai sikap mengagungkan-Nya.

Menurut El-Fati (2015) Perwujudan syukur dalam Islam melibatkan tiga perkara yaitu syukur dengan hati, syukur dengan lisan dan syukur dengan perbuatan. Syukur dengan hati dapat dilakukan dengan menyadari secara penuh bahwa nikmat yang diperoleh adalah semata-mata karena anugerah dan nikmat dari Allah SWT. Syukur dengan lisan adalah mengakui dengan ucapan bahwa sumber segala nikmat itu dari Allah SWT seraya memuji-Nya. Syukur dengan perbuatan adalah menggunakan nikmat yang diperoleh itu sesuai dengan tujuan penciptaan atau penganugrahan-Nya.

Dengan demikaian hakikat syukur dalam konteks Islam merupakan ucapan terima kasih kepada Allah atas apa yang diberikan kepadanya dengan cara mengagungkan nama-Nya melalui hati dan lisan yang disertai dengan perbuatan amal jariah yang dikehendaki oleh Allah SWT.

Pelatihan Syukur

Pelatihan syukur merupakan serangkaian kegiatan atau aktivitas yang bertujuan untuk menanamkan dan mengembangkan perasaan dan keinginan untuk membalas kebaikan atau kedamaian yang diterimanya baik itu kepada Allah SWT sebagai pemberi nikmat maupun manusia sebagai mahluk sesama yang suka membantunya melalaui hati, lisan dan perbuatan. Aspek-Aspek yang dikemukakan oleh Al-Jauziyah (2010) digunakan oleh peneliti sebagai panduan untuk pelatihan syukur, yakni; (1) Mengakui nikmat Allah SWT; (2) Memberi pujian kepada orang yang berbuat baik; (3) Menjaga karunia Allah SWT; (4) Menjaga diri untuk tidak mengerjakan perbuatan terlarang; (5) Mengabdikan diri dengan penuh khidmat kepada Allah SWT; (6) Menyadari diri lemah untuk mengucapkan

syukur; (7) Mencurahkan semua tenaga untuk taat kepada Allah SWT; (8) Menggunakan nikmat Allah untuk mencapai ridho-Nya; dan (9) Merasa nikmat dengan memuji Allah atas semua pemberian-Nya.

Metode

Variabel penelitian terdiri dari variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel tergantung adalah kesejahteraan psikologis sedangkan variabel bebas pelatihan syukur. Kesejahteraan psikologis dapat dioperasionalkan sebagai tingkat keberfungsian individu secara utuh dalam dimensi penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, memiliki tujuan dalam hidup, dan pertumbuhan pribadi. Adapun pelatihan syukur merupakan serangkaian kegiatan atau aktivitas yang bertujuan untuk menanamkan dan mengembangkan perasaan dan keinginan untuk membalas kebaikan atau kedamaian yang diterimanya baik itu kepada Allah SWT.

Subjek yang diikutkan dalam pelatihan syukur adalah siswa kelas VII SMP XXX Yogyakarta yang diambil dengan teknik *purposive sampling.* Eksperimen yang digunakan adalah *quasi eksperimental design* dengan bentuk *pre-test-post-test control group design.* Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang terdiri dari 29 aitem dengan indeks validitas koefisien korelasi terendah 0,307 dan tertinggi 0,742 dan reliabilitas nilai *Alpha's Cronbach's* sebesar 0,906.

Penentuan kelompok ekperimen dan kelompok kontrol dipilih berdasarkan hasil *screening* dan kemudian sama-sama diberikan *pre-test.* Tujuan dari *pre-test* ini adalah untuk mengetahui keadaan subjek sebelum diberikan perlakuan berupa

pelatihan syukur. Setelah itu, untuk menentukan subjek yang masuk dikelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan *matching* subjek

Modul pelatihan pada penelitian kali ini menggunakan modul pelatihan syukur yang sudah di susun oleh Putri (2016) berdasarkan ciri-ciri syukur yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (2010) bahwa syukur dilakukan dengan cara mengakui adanya nikmat dari Allah SWT, memberi pujian kepada orang yang berbuat baik, menjaga karunia Allah SWT, menjaga diri untuk tidak mengerjakan perbuatan terlarang, mengabdikan diri dengan penuh khidmat kepada Allah SWT, menyadari diri lemah untuk mengucapkan syukur, mencurahkan semua tenaga untuk taat kepada Allah SWT, menggunakan nikmat Allah SWT untuk mencapai ridho-Nya, dan senantiasa memuji Allah SWT atas semua pemberian-Nya.

Modul pelatihan ini terdiri dari 9 materi yang berkaitan dengan aspek aspek kebersukuran Al-Jauziyah (2010) yang disampaikan dalam dua hari. Materi yang disampaikan, yakni; ungkapan hati dan harapan, perjalanan hidup, edukasi kebersyukuran, transformasi hidup, inilah aku sekarang, hakikat hidup, perbuatan syukur mengelola fisik, perbuatan syukur mengelola emosi, dan perbuatan syukur menyusun impian.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisa *uji t* dengan menggunakan *uji paired sample t test dan independen sample t test* . Alasan menggunakan teknik adalah karena variabelnya nominal terdiri dari dua kelompok subjek untuk menguji perbedaan antara subjek yang diberi perlakuan pelatihan syukur dan tidak diberi perlakuan.

Hasil dan Pembahasan

Hasil *uji independent sample t test* diperoleh nilai t sebesar 2.556 dan P = 0.020 (p<0.05). Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Hasil *uji paired sample t test* pada kelompok ekperimen memiliki mean 6,4 dan nilai t sebesar – 3,392 dengan p = 0,008 (p<0.01) yang berarti ada perbedaan yang sangat signifikan dari skor kesejahteran psikologis sebelum pelatihan dan sesudah pelatihan pada kelompok eksperimen.

Hasil *uji paired sample t test* pada kelompok kontrol memiliki mean *0,3* dan nilai t sebesar - *205* dengan p = 0.842 (p>0.05) yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan dari skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol. Hasil ini menunjukan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan pada kelompok eksperimen dan tidak ada perbedaan pada kelompok kontrol. Dengan demikian, pelatihan syukur efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anas, Aijas & Nazam (2015) yang mengungkapkan bahwa rasa syukur memiliki korelasi positif dengan kesejahteraan psikologis remaja.

Siswa yang mengikuti pelatihan syukur memiliki perubahan positif terutama terkait dengan rasa penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain. Ryff & Singer (2008) menyatakan salah satu dimensi kesejahteraan psikologis meliputi penerimaan diri (*self-acceptance*). Berdasarkan pendapat ini dapat dinyatakan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki hubungan atau keterkaitan yang erat dengan rasa syukur, karena individu yang bersyukur adalah individu yang menerima segala kondisi yang dimilikinya. Dengan kata lain, kesejahteraan psikologis akan tercapai apabila seseorang bisa menerima segala kekurangan

dan kelebihan yang terdapat dalam dirinya, baik dimasa lampau maupun masa sekarang.

Ryff & Singer (2008) menyatakan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi adalah individu yang mempunyai hubungan hangat, saling percaya (*trusting*), memiliki rasa empati, afeksi, dan intimasi yang kuat, serta saling membantu dalam hubungan sesama. Selain itu, rasa syukur pada dasarnya diekspresikan dengan cara berterima kasih pada orang lain atau sesama. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wood, Joshep, dan Maltby (2009) juga menemukan hasil bahwa *gratitude* berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, terutama dengan dimensi *positive relations with others.* Dengan demikian, berterima kasih merupakan salah satu cara untuk mewujudkan hubungan yang harmonis antar individu yang satu dengan yang lainya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pelatihan syukur pandangan Islam berdasarkan aspek syukur yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (2010) efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa terutama dalam aspek penerimaan diri dan hubungan yang positif dengan orang lain. Kesejahteraan psikologis siswa yang mengikuti pelatihan syukur lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti pelatihan syukur. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelatihan syukur dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Daftar Pusataka

Al-Jauziyyah, I.Q. (2010). *Sabar dan syukur: Menguak rahasia dibalik keutamaan sabar dan syukur*. Semarang : Pustaka Nuun.

Anas, M., Aijas, A., & Nazam, F. (2015). *Relationship between gratitude and psychological well-being among youths. Indian Journal Of Health And Well-Being.* 6(5),517-519.

El-Fati, S. (2015). *Sabar tanpa batas, syukur tiada akhir.* jakarta: Wahyu Qolbu.

Emmons, R.A. & Crumpler, C.A. (2000). *Gratitude as a human strength: appraising the evidence. Journal Of Social And Clinical Psychology*, 19(1), 56-69.

Emmons, R.A., & McCullough, M.E. (2003). *Counting blessing versus burdends : An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. Journal Of Personality And Social Psychology, 84*(2), 377-389.

Fathurachman, Susetyo, Y.F., Kumara, A., Saptandari, E.W., Istiqomah, N.A., Kisriyani, A., Ramdhani, N. (2012). *Psikologi dan kesejateraan masyarakat.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Fraillon, J. (2004). *Measuring student well-being in the context of australian schooling: Discussion Paper. MCEETYA. Retrieved from* http://www.curriculum.edu.au/verve/_resources/.

Hurlock, E.B. (2013). *Psikologi perkembangan.* Dalam istiwidaryanti & soedarjo (penterjemah). Jakarta: Erlangga.

Isjoni.(2012). *Memajukan bangsa dengan pendidikan.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Mawarpury, M. (2013) *coping sebagai prediktor kesejahteraan psikologis: studi meta analisis. Journal Psycho Idea*, 38-47. *Retrieved from* https://www.researchgate.net/publication/305723974.

McCullough, M.E., Emmons, R.A., & Tsang. (2004). *Gratitude in intermediet affective terrain : links of grateful moods to individual difeerences and daily emotional experience. Journal Of Personality And Social Psychology,* 86(2), 295-309

Petegem, K.V., Aelterman, A., Keer, H.V., & Rosseel, Y. (2008). *The influence of student characteristics and interpersonal teacher behaviour*

in the classroom on student's wellbeing. Social Indicators Resesearch, 85, 279–291. doi: 10.1007/si 1205-007-9093-7.

Putri, D.N.R.S. (2016). *Pelatihan kebersyukuran untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.* Thesis (tidak diterbitkan) Universitas Ahmad Dahlan.

Putri, F.O. (2012). *Hubungan antara gratitude dan psychological well-being pada mahasiswa.* Depok: Universitas indonesia.

Ryff,C.D. & Singer, B.H. (2008). *Know thyself and become what you are : a edudaemonic approach to psychological well-being. Jounal Of Happiness Studies, 9,*13-39. Doi: 10.1007/s10902-006-9019-0.

Santrock, J.W. (2003). *Adolescence perkembangan remaja* (*edisi keenam*). Dalam Adelar, S.B. & Saragih, S. (Penterjemah). Jakarta: Erlangga.

Smith, R. & Lindell, J. (2010). *The effectiveness of student wellbeing programs and services. Victorian Auditor General's Office (VAGO).* Retrieved from http://www.audit.vic.gov.au/ publications/2009-10/290110.

Ubaid, U.A. (2012). *Sabar dan syukur. gerbang kebahagiaan dunia akhirat.* Jakarta : Amzah

Watkins, P.C., Woodward, K., Stone, T., dan Kolts, R.L. (2003). *Gratitude and happiness : develovment of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. Journal Social Behavior And Personality. 31*(5), 431-452.

Wood, A.M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). *Gratitude predicts psychological well-being above the big five facts. Journal Of Personality and Individual Deferences, 46,* 443-447.

Bab 11

Forgiveness dan *Kibr*: Studi pada Mahasiswa

Achmad Sholeh, Berliana F. A. Fadilla, Isnaini R. Wyana, & Ahmad Rusdi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta
zholeh.wei@gmail.com, ahmad_rusdi@uii.ac.id

Pendahuluan

Secara bahasa, pemaafan berasal dari bahasa Arab yaitu *al-'afwu.* Kata *al- 'afwu* terdiri dari tiga huruf Arab yaitu, *'ain, fa',* dan satu huruf *mu'tall*. Ibn Faris mengatakan bahwa kata tersebut memiliki dua makna yang valid, yaitu meninggalkan (*at-tark al-syai'*) dan menuntut sesuatu (*at-thalab*). Pemaafan dalam disiplin ilmu psikologi dikategorikan sebagai salah satu *character strength,* yang merupakan karakter baik yang dapat menuntun individu pada suatu pencapaian keutamaan yang terefleksi dalam perasaan, pikiran maupun tingkah laku (Khasan, 2017).

Snyder dan Thompson (Raudatussalamah & Susanti, 2014) menjelaskan bahwa pemaafan merupakan proses intrapersonal yang diarahkan pada diri sendiri, situasi dan orang lain. Pemaafan juga sebagai penyusunan transgresi yang dialami, dimana individu dihadapkan pada *transgressor*, transgresi, dan sekuel

dari transgresi, sehingga terjadi transformasi terhadap efek negatif menjadi netral atau positif. Sumber transgresi atau objek dari pemaafan bisa diri sendiri, orang lain atau situasi dimana pandangan seseorang berada pada kendali seseorang atau sesuatu misalnya penyakit,'takdir' atau bencana alam (Snyder dalam Raudatussalamah & Susanti, 2014).

Menurut McCullough (Raudatussalamah & Susanti, 2014) menjelaskan bahwa pemaafan merupakan seperangkat motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti. Tidak jauh berbeda dengan definisi yang diungkapkan oleh Luskin (dalam Raudatussalamah & Susanti, 2014) *forgiveness* adalah suatu perasaan damai yang muncul sebagai pengurang rasa sakit secara pribadi, bertanggung jawab terhadap apa yang dirasakan, dan menjadi pelaku bukan korban dalam apa yang kita ceritakan. *Forgiveness* merupakan pengalaman penuh damai dalam peristiwa yang ada. *Forgiveness* tidak bisa merubah masa lalu, tetapi akan merubah masa depan.

Pemaafan merupakan perubahan dari emosi negatif menjadi emosi positif sehingga menekan dorongan untuk tidak membalas dendam dan tidak memelihara rasa benci kepada pihak yang telah menyakiti serta memberikan dorongan konsiliasi terhadap pihak yang menyakiti (Anggraini & Cucuani, 2014). Hal serupa dikemukakan oleh (Nashori, 2011), bahwa pemaafan merupakan kemauan untuk membuang sesuatu yang tidak menyenangkan yang berasal dari relasi interpersonal dan kemudian menumbuhkan perasaan dan pikiran positif pada hubungan interpersonal dengan individu yang telah memperlakukan secara

tidak adil. Berakhirnya konflik ditandai dengan adanya rasa saling memaafkan dan menerima baik pada peristiwa, kondisi maupun pelaku (Kusprayogi & Nashori, 2016)

Menurut McCullough, Pargament dan Thoresen (dalam Nasri, Nisa, & Karjuniwati, 2018) terdapat perubahan motivasi dalam pemaafan, yaitu: (a) *Revenge motivations,* menurunnya dorongan untuk membalas dendam kepada orang lain yang telah menyakiti, (b) *Avoidance motivations,* menurunnya dorongan untuk menjauhi pelaku, (c) *Benevolence motivations,* munculnya motivasi untuk berbuat baik dan berdamai terhadap orang yang telah menyakiti.

Individu yang memberikan maaf secara tulus, akan berdampak positif bagi kehidupan individu tersebut, seperti meningkatkan kualitas hidup (Nashori, 2011), meningkatkan kesejahteraan dan memperbaiki hubungan interpersonal (Fincham & Beach, 2004), meningkatkan keharmonisan keluarga (Nancy, Wismanto, & Hastuti, 2014), meningkatkan kualitas kognitif dalam situasi yang penuh dengan tekanan (Rahmandani, 2015), menurunkan tingkat stres kerja (Razkia, 2018), melepaskan beban penderitaan seperti stres, beban pikiran, perasaan sakit dan menyimpan dendam (Kusprayogi & Nashori, 2016). Berdasarkan manfaat-manfaat didapatkan tersebut, memaafkan merupakan sikap dan pola yang positif bagi kesejahteraan individu (Kusprayogi & Nashori, 2016).

Selain sifat-sifat baik yang sebagian telah di sebutkan, terdapat juga sifat buruk yang tidak bisa dipungkiri pasti ada pada setiap diri manusia salah satunya adalah sifat sombong. Sombong secara syariat adalah menolak kebenaran dan merendahkan orang lain. Menurut al-Tahānawī (Rusdi, Adya, Utami, Yudhani, & Sukaryadi, 2017) mengatakan bahwa sombong merupakan kebodohan manusia dalam menempatkan

dirinya di atas posisi sebenarnya. Sombong tidak nampak dalam pakaian, dan penampilan. Sombong sebenarnya ada di dalam sikap, yaitu menolak kebenaran dan merendahkan orang lain. Menolak kebenaran merupakan bentuk sombong intrinstik. Merendahkan orang lain merupakan bentuk sombong ekstrinstik. al-Shahrī (Rusdi, Adya, Utami, Yudhani, & Sukaryadi, 2017) mengemukakan sombong memiliki banyak objek, antara lain: Menyombongkan Ilmu, amal ibadah, keturunan, ketampanan atau kecantikan, harta, kekuatan, dan golongan atau kelompok.

Makna *kibr* secara bahasa ialah agung, hebat (Al-Munajjid, 2009), besar, dan unggul (Hasan, 2019). Makna *kibr* juga saling berdekatan dengan *takabur* dan *istikbar*. *Kibr/Takabur* secara istilah adalah kondisi seseorang yang mengagumi dirinya sendiri, mangagungkan dirinya dihadapan orang lain baik dengan perkataan maupun perbuatan. *Kibr/takabur* ialah salah satu dari penyakit akhlak yang serius dan dampaknya telah di bayangi oleh masyarakat. Faktor perilaku Kibr/hal yang dapat disombongkan antara lain harta, ilmu, amal ibadah dan *nasab* (keturunan) (Al-Munajjid, 2009), kebaikan dan kecantikan/ketampanan, kekuatan dan keberanian (Az-Zamili, 2013).

Al-Muhasibi dalam (Nurkamiden, 2016) membagi sifat takabur menjadi 2 macam: pertama seseorang yang merasa bahwa dirinya palig baik dalam melakukan ibadah kepada Allah dan memandang orang-orang selain dirinya hina. Kedua, orang yang menolak kebenaran, walaupun ia menyadari hakikat kebenarannya. Kemudian Nurkamiden (2016) membagi takabur menjadi 3 macam, takabur kepada Allah, takabur kepada Rasul, dan takabur kepada sesama hamba (makhluk).

Metode Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa tersebar di Indonesia, sebanyak 132 orang yang terdiri dari 22 subjek laki-laki dan 110 subjek perempuan. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling* yaitu, pengambilan sampel dengan cara termudah dengan siapa saja yang bisa ditemui.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket dengan dua skala yaitu, skala pemaafan dan skala *kibr.* Skala pemaafan menggunakan *Heartland Forgiveness Scale* (HFS) yang dikembangkan oleh Thompson, Snyder, & Hoffman (2005) terdiri dari 18 aitem, 9 aitem *favorable* dan 9 aitem *unfavorable.*

Skala *kibr* menggunakan *Kibr Scale* (KSc) yang dikembangkan oleh Rusdi (2017) terdiri dari 10 aitem *favorable.* Skala *kibr* (sombong) memiliki dua komponen, yaitu menolak kebenaran (*batr al-haqq)* dan merendahkan manusia *(ghamt al- nâs).*

Analisis Data

Penelitian ini tidak akan merujuk pada konsep sebab akibat, jenis penelitian korelasi tidak berlaku kausalitas di dalamnya. Penelitian ini hanya akan mencari hubungan kedua varibel yaitu, pemaafan dan *kibr.* Pada penelitian ini juga tidak akan dibedakan menjadi variable dependen atau independen. Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk melihat pola hubungan kedua variable.

Ada beberapa analisis data yang digunakan: (1) Dalam menguji alat ukur *forgiveness* dan *kibr*, analisis yang digunakan adalah analisis faktor eksploratori dengan metode *principal component* dan rotasi *varimax*. Aitem yang memiliki ekstraksi komunalitas di bawah 0.5 akan dieliminasi. Kemudian, pada *loading factor*,

aitem ditekan pada *loading* di atas 0.5. artinya, di bawah 0.5 aitem dianggap *meaningless* dan *crossloading*-nya dianggap tidak berarti. Setelah itu, proses selanjutnya adalah melihat konsistensi internal pada masing-masing komponen dengan teknik reliabilitas Alpha Cronbach. Kemudian, untuk konsistensi internal masing-masing item, dihitung pada tiap komponen dengan batasan koefisien korelasi terhadap aitem total di atas 0.3; (2) Dalam menguji korelasi keduanya, digunakan analisis korelasi *product moment*. Analisis parametrik digunakan karena skor sudah menggunakan T-Score yang mentransformasi data menjadi normal

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil dari analisis data maka diperoleh hasil dari uji alat ukur pemaafan, dimana skala pemaafan *Heartland Forgiveness Scale* memiliki nilai KMO sebesar 0,753 yang menunjukkan kecukupan aitem da terhubungnya tiap aitem. Sehingga, skala ini telah memenuhi nilai signifikansi. Berikut ini adalah table rotasi komponen *Heartland Forgiveness Scale*.

Tabel 1. *Komponen Heartland Forgiveness Scale*

NO	Item	Component				Extraction
		1	2	3	4	
1	Walaupun mulanya saya merasa bersalah ketika melakukan kesalahan, saya dapat memaafkan diri saya sendiri seiring berjalannya waktu	.721				.558
2	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi diri saya sendiri akan kesalahan-kesalahan yang saya perbuat	.846				.728

NO	Item	Component				Extraction
		1	2	3	4	
3	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi hal-hal buruk yang terjadi di hidup saya.	.614				.588
4	Saya perlahan-lahan dapat berdamai dengan hal-hal buruk Yang terjadi dalam hidup saya.	.577				.606
5	Ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan karena situasi yang berada di luar kendali, saya akan terus berpikir negatif akannya		.824			.724
6	Ketika saya merasa kecewa terhadap situasi yang berada di luar kendali, saya cenderung terusmenerus berpikiran negatif tentang hal tersebut		.848			.741
7	Sangat sulit Bagi saya Untuk menerima Kejadian buruk Yang terjadi di luar kendali siapapun		.718			.612
8	Walaupun ada orang-orang yang sebelumnya pernah menyakiti saya, saya perlahan-lahan bisa memandang mereka sebagai orang baik			.746		.596
9	Ketika seseorang mengecewakan saya, saya perlahan-lahan bisa melupakannya			.805		.659
10	Perlahan-lahan, saya Mampu meninggalkan pikiran-pikiran negatif akan kejadian-kejadian buruk yang terjadi di luar kendali.			.693		.608
11	Saya memendam rasa bersalah terhadap kesalahan-kesalahan yang saya perbuat				.798	.679

NO	Item	Component				Extraction
		1	2	3	4	
12	Sangat sulit bagi saya untuk memaafkan diri sendiri setelah melakukan kesalahan				.667	.620
13	Saya tidak henti-hentinya mengkritik diri sendiri akan hal-hal negatif yang saya rasakan, pikirkan, ucapkan, atau perbuat				.794	.653

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa semua aitem layak digunakan karena memenuhi batas nilai ekstraksi komunalitas minimal 0,5. Komponen dan aitem telah menempati posisi yang sesuai perencanaan *blue-print.* Tidak ada *cross loading* yang besar. Pada komponen *forgiveness of Self (positive feelings of self)* diketahui koefesien reliabilitas *Alpha Cronbach* dengan nilai sebesar 0,64. Koefesien ini terbilang cukup dan masih diterima sebagai konsistensi internal. Secara keseluruhan, aitem di dalam komponen *forgiveness of Self (positive feelings of self)* saling berhubungan, konsisten, dan reliabel secara internal. Kemudian berikut ini dapat dilihat koefisien diskriminasi aitem terhadap responden berdasarkan konsistensi antar aspek.

Tabel 2. *Konsistensi Internal pada komponen Forgiveness of Self (Positive Feelings of Self)*

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
1	Walaupun mulanya saya merasa bersalah ketika melakukan kesala-han, saya dapat memaafkan diri saya sendiri seiring berjalannya waktu	4.9545	1.54754	.477**
2	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi diri saya sendiri akan kesalahan-kesalahan yang saya perbuat	4.8182	1.50225	.533**

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
3	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi orang lain akan kesalahan-kesalahan yang mereka perbuat	5.1970	1.37280	.261
4	Saya perlahan-lahan dapat berdamai dengan hal-hal buruk yang terjadi dalam hidup saya.	5.2348	1.17778	.435**

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa ada satu aitem yang tidak memenuhi syarat uji konsistensi internal. aitem yang berbunyi "Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi orang lain akan kesalahan-kesalahan yang mereka perbuat" menunjukkan koefisien korelasi terhadap total aitem yang rendah sebesar 0,261 aitem ini di bawah 0.3 dan tidak memenuhi signifikansi di bawah 0.05. oleh karena itu aitem ini tidak digunakan.

Selanjutnya, pada komponen *forgiveness of Self (negative feelings of self)* diketahui nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,691, dimana angka tersebut masih diterima sebagai konsistensi internal pada skala ini. Adapun konsistensi internal pada masing-masing aitem dari komponen *forgiveness of self (negative feelings of self)* dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. *Konsistensi Internal pada komponen Forgiveness of Self (Negative Feelings of Self)*

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
1	Saya memendam rasa bersalah terhadap kesalahan-kesalahan yang saya perbuat	3.22	1.749	.534**

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
2	Sangat sulit bagi saya untuk memaafkan diri sendiri setelah melakukan kesalahan	4.23	1.698	.466**
3	Saya tidak henti-hentinya mengkritik diri sendiri akan hal-hal negatif yang saya rasakan, pikirkan, ucapkan, atau perbuat	3.44	1.829	.518**

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa semua aitem masih bisa diterima koefisien korelasinya terhadap aitem total. Karena semua aitem masih di bawah batas signifikansi 0.05. Koefisien tiap aitem berada di atas 0.3. Oleh karena itu, aitem ini tetap dilanjutkan penggunannya dalam penelitian ini.

Selanjutnya komponen ketiga yaitu *forgiveness of others* yang diperoleh hasil dari nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,671 angka ini juga masih diterima sebagai konsistensi internal. Kemudian, konsistensi internal pada masing-masing aitem dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. *Konsistensi Internal pada komponen Forgiveness of Others*

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
1	Walaupun ada orang-orang yang sebelumnya pernah menyakiti saya, saya perlahan-lahan bisa memandang mereka sebagai orang baik	4.98	1.324	.506**

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
2	Ketika seseorang mengecewa-kan saya, saya perlahan-lahan bisa melupakannya	4.53	1.598	.474**
3	Perlahan-lahan, saya Mampu meninggalkan pikiran-pikiran negative akan kejadian-keja-dian buruk yang terjadi di luar kendali.	5.10	1.337	.483**

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa seluruh aitem memiliki korelasi terhadap aitem total di atas 0.47. Semua aitem berada diatas 0,3 dengan signifikansi dibawah 0,05. Sehingga, aitem-aitem diatas dianggap konsisten. Kemudian komponen selanjutnya yaitu *forgiveness of situations.*

Pada komponen *forgiveness of situations* diketahui nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,774. Hal ini menunjukkan bahwa komponen ini memiliki reliabilitas dan konsistensi internal yang baik. Komponen ini didukung oleh konsistensi aitem di dalamnya berdasarkan korelasinya dengan aitem total, sebagai berikut.

Tabel 5. *Konsistensi Internal pada komponen Forgiveness of Situation*

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
1	Ketika sesuatu tidak berjalan se-suai harapan karena situasi yang berada di luar kendali, saya akan terus berpikir negatif akannya	4.74	1.609	.633**
2	Ketika saya merasa kecewa terha-dap situasi yang berada di luar kendali, saya cenderung terusme-nerus berpikiran negative tentang hal tersebut	4.34	1.625	.625**

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
3	Sangat sulit Bagi saya Untuk menerima Kejadian buruk Yang terjadi di luar kendali siapapun	4.43	1.708	.571**

Aitem-aitem diatas menunjukkan koefesien korelasi aitem yang baik. Semua aitem berada diatas 0,5. Aitem yang berbunyi "Ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan karena situasi yang berada di luar kendali, saya akan terus berpikir negatif akannya" menjadi aitem yang memiliki koefesien terbaik. Sehingga, aitem ini dianggap mampu untuk mendiskriminasi responden pada komponen. Pada penelitian ini *Heartland Forgiveness Scale* terbagi kedalam empat komponen yaitu, *forgiveness of self* yang terbagi menjadi dua *positive* dan *negative,* kemudian *forgiveness of others* dan *forgiveness of situations.* Itulah hasil dari uji coba pada skala pemaafan.

Selanjutnya, akan dijelaskan hasil uji alat ukur dari skala *kibr.* Berdasarkan hasil analisis data maka diketahui bahwa nilai KMO diperoleh hasil 0,778 yang menunjukkan kecukupan aitem dan terhubungnya antar tiap aitem. Hal ini memenuhi telah memenuhi nilai signifikansi, Kemudian berikut ini adalah tabel rotasi komponen skala *kibr.*

Tabel 6. *Komponen Kibr Scale*

No	Item	Komponen		Extraction
		Batr al-Haqq	Ghamt al - Nâs	
1	Saya tidak senang ketika orang lain mengkritik saya	.878		.775

No	Item	Komponen		Extraction
		Batr al-Haqq	Ghamt al -Nâs	
2	Saya tidak senang ketika orang lain menyalahkan pendapat saya.	.773		.604
3	Saya tidak senang ketika orang lain menyalahkan sikap saya	.803		.677
4	Saya sulit menerima kritikan dari orang lain	.839		.718
5	Saya sulit menerima saran dari orang lain	.741		.554
6	Banyak orang yang tidak mampu menandingin kemampuan saya		.877	.800
7	Banyak orang yang tidak mampu menandingin kepintaran saya		.946	.904
8	Banyak orang yang tidak mampu menandingin kehebatan saya		.915	.840
9	Saya rasa orang lain akan sulit untuk menandingi apa yang saya miliki		.760	.578

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa semua aitem layak digunakan karena memenuhi batas nilai ekstrasi komunalitas minimal 0.5. Adapun pada *loading factor* juga menunjukkan koefesien yang baik. Tidak ada *cross loading* yang besar. Maka, dengan logika validitas konstruk maka data lapangan ini sesuai dengan konstruk yang diinginkan.

Pada komponen "Menolak Kebenaran" diperoleh hasil dari *Alpha Cronbach* dengan nilai 0,869. Koefesien ini terbilang baik. Maka ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, aitem di dalam

komponen “menolak kebenaran” saling berhubungan, konsisten, dan reliable secara internal. Kemudian berikut ini dapat dilihat koefisien diskriminasi aitem terhadap responden berdasarkan konsistensi antar aspek.

Tabel 7. *Konsistensi Internal pada komponen Menolak Kebenaran*

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
1	Saya tidak senang ketika orang lain mengkritik saya.	2.96	1.320	.776**
2	Saya tidak senang ketika orang lain menyalahkan pendapat saya.	3.00	1.254	.659**
3	Saya tidak senang ketika orang lain menyalahkan sikap saya	3.04	1.312	.706**
4	Saya sulit menerima kritikan dari orang lain	2.63	1.141	.739**
5	Saya sulit menerima saran dari orang lain.	2.37	1.129	.600**

Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa semua aitem memiliki koefesien korelasi aitem total yang cukup baik, semuanya di atas 0.5. Hal ini menunjukkan bahwa semua aitem dianggap konsisten. “Saya tidak senang ketika orang lain mengkritik saya” menjadi aitem terbaik. Hal ini menunjukkan bahwa aitem ini punya hubungan yang kuat dengan total item. Kemampuan aitem ini dalam mendiskriminasi responden juga baik. Kemudian, pada komponen selanjutnya, yaitu “Merendahkan Orang Lain” juga dilakukan analisis yang sama sebagai berikut.

Pada komponen “Merendahkan Orang Lain” diperoleh hasil dari nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,901. Hal ini menunjukkan bahwa komponen ini memiliki reliabilitas dan konsistensi internal yang baik. Hal ini didukung oleh konsistensi aitem di dalamnya

berdasarkan korelasinya dengan aitem total, yang akan dijelaskan sebagai berikut.

Tabel 8. *Konsistensi Internal pada komponen Merendahkan Manusia*

No	Item	Mean	Std. Deviation	Corrected Item-Total Correlation
1	Banyak orang yang tidak mampu menandingi kemampuan saya	1.71	.937	.791**
2	Banyak orang yang tidak mampu menandingi kepintaran saya	1.59	.890	.892**
3	Banyak orang yang tidak mampu menandingi kehebatan saya	1.59	.947	.828**
4	Saya rasa orang lain akan sulit untuk menandingi apa yang saya miliki	1.62	.960	.620**

Aitem di atas menunjukkan koefesien korelasi aitem total yang baik. Aitem yang berbunyi "Banyak orang yang tidak mampu menandingi kepintaran saya." menjadi aitem yang memiliki koefisien terbaik. aitem ini mampu mendiskriminasi responden pada komponen "Merendahkan Orang Lain". Itulah hasil analisis konsisitensi internal dari skala *kibr* (sombong).

Kemudian, berdasarkan dari hasil uji korelasi antar variable *forgiveness* dan *kibr* maka diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 9. *Korelasi Antar Variable*

Variable	1	2	3	4	5	6	7
1. Forgiveness	1						
2. Forgiveness of Self (Positive)	.446**	1					

Variable	1	2	3	4	5	6	7
3. Forgiveness of Self (Negative)	.647**	.250**	1				
4. Forgiveness of Others	.570**	.454**	.065	1			
5. Forgiveness of Situations	.803**	.305**	.321**	.265**	1		
6. Kibr	-.519**	-.279**	-.202*	-.397**	-.474**	1	
7. Menolak Kebenaran	-.507**	-.283**	-.160*	-.363**	-.515**	.869**	1
8. Merendahkan Manusia	-.232**	-.102	-.110	-.214**	-.171*	.610**	.199*

Dari hasil data diatas diketahui bahwa pemaafan memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *kibr* (sombong) dilihat dari nilai r = -0,519 dengan signifikansi p = 0.00. Penelitian ini bertujuan untuk menguji alat ukur konsistensi internal pada variable pemaafan dan *kibr,* serta mengetahui bagaimana hubungan antar variabel tersebut. Dari hasil penelitian ini di ketahui bahwa kedua alat ukur dianggap konsisten secara konstruk, oleh sebab itu layak untuk digunakan. Berdasarkan hasil dari uji korelasi diketahui bahwa pemaafan memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *kibr.*

Hasil ini menjadi menarik untuk di bahas. Nashori (2014) mendefinisikan pemaafan dengan kesediaan untuk meninggalkan hal-hal tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan menumbuhkan dan mengembangkan perasaan, pikiran dan hubungan yang lebih positif dengan orang yang telah melakukan perbuatan tidak menyenangkan. Pemaafan merupakan kemampuan seseorang untuk Mengubah perasaan negatif atau tidak menyenangkan yaang dirasakan akibat pelaku, tindakan, peristiwa dan situasi yang dialaminya menjadi perasaan positif dengan menerima dan mengembangkan menjadi rasa kasih, iba dan cinta.

Pemaafaan merupakan teknik resolusi efektif dalam menyelesaikan perselisihan secara beradab, baik perselisihan interpersonal maupun kelompok (Kusprayogi & Nashori, 2016). Di sisi lain, memaafkan yang dilakukan oleh seorang individu bukanlah merupakan tindakan yang mudah. Memaafkan harus melewati proses dan membutuhkan perjuangan (Lestari & Agung, 2016). Pemaafan yang diberikan individu secara benar dan tulus, memiliki implikasi yang bertolak belakang dengan pemberian maaf yang hanya berpura-pura atau palsu, baik disadari oleh individu maupun tidak (Rahmandani, 2015). Menurut Enrich dalam (Rahmandani, 2015), bagi individu yang menolak untuk memberikan maaf, melakukan berbagai *defence mechanism* yang tidak akan membantu memberikan efek yang baik, namun menjadikan sumber daya dirinya semakin lemah seperti munculnya distorsi kognitif, perilaku tidak adaptif, emosi negatif, dan menurunnya kondisi kesehatan.

Menurut Powel dalam (Saputro & Nashori, 2017), pemaafan di dalam Al-Qur'an terbagi menjadi dua kategori, yaitu sifat bagi Allah SWT sebagai Dzat yang Maha Pengampun sekaligus merupakan perintah bagi hamba-Nya untuk saling memaafkan, baik untuk kebajikan bagi manusia maupun untuk mendapatkan rahmat-Nya. Islam juga telah menganjurkan untuk saling memaafkan terhadap sesama. Seperti yang telah dijelaskan dalam Al-Qur'an:

> *"Dan balasan suatu kejahatan adalah kejahatan yang serupa, maka barang siapa memaafkan dan berbuat baik maka pahalanya atas tanggungan Allah. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang zalim. " (Q.S. asy-Syara': 40)*

Kibr dapat berpengaruh kepada perilaku individu yang memiliki sifat ini, antara lain : menyombongkan iman, ibadah

dan ketaat kepada Allah, memalingkan muka dan berjalan dengan angkuh, memanjangkan pakaian hingga menyeret ke tanah, menyukai orang yang bekerja keras untuk dirinya dan berdiri untuk dirinya, mengencangkan pembicaraan, berbisik dan melontarkan ejekan dengan nama panggilan orang lain, ghibah (membicarakan orang lain), meninggikan kedukannya dihadapan orang miskin, fakir dan dhuafa, memiliki aib (kejelekan) dan kekurangan yang melekat, tidak mau menerima nasehat, tidak ingin mempelajari suatu ilmu, tidak akan memulai salam apabila berjumpa dengan orang lain (Al-Munajjid, 2009).

Akibat dari *kibr* antara lain akan berada di jalan kedurhakaan dan dimurkai Allah, jauh dari eksistensi Allah dan sesama manusia (Sayyid, 2014), tidak akan mendapatkan apa yang telah diniatkan, maka orang akan mencemoohkannya dan mengucilkannya. Kemudian orang dengan sifat *kibr* akan dijauhkan dari pengelihatan, pertimbangan, dan manfaat dari ayat-ayat Allah, tidak mendapatkan nikmat dari Allah, dan nabi Muhammad SAW menjanjikan bahwa orang dengan sifat *kibr* akan mendapatkan azab, siksaan di dunia dan di alam kubur (Al-Munajjid, 2009).

Orang-orang dengan sifat *kibr* telah dijelaskan dalam Al-Qur'an di beberapa surat, Al-Qur'an juga menunjukkan contoh makhluk (selain manusia) dan kaum yang memiliki sifat *kibr*, (Al-Munajjid, 2009) telah merangkum beberapa kaum tersebut yaitu Iblis (QS. Shad : 71-87), Fir'aun dan bala tentaranya (QS. Al-Qashas : 38-42), kaum Tsamud (QS. Al-A'raf : 75-76), kaum 'Ad, kaum nabi Syu'ab (QS. Al-A'raf : 77), kaum nabi Nuh (QS. Nuh : 5-9), Bani Israil (QS. Al-Baqarah : 87-88), kaum Musyrik Arab (QS. Al-Furqan 20-21).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara pemaafan dan *kibr* pada mahasiswa, maka diperoleh kesimpulan bahwa antara pemaafan dan *kibr* menunjukkan korelasi yang baik. Berdasarkan hasil penelitian ini peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut: (1) Secara teoretis, untuk penelitian selanjutnya dengan mengambil variabel yang sama disarankan untuk meneliti dengan menambah data dan memperhatikan sebaran data. Selain itu, perlu dilakukan kembali uji analisis alat ukur pada *setting* yang berbeda sehingga diharapkan penelitian selanjutnya akan dapat membakukan alat ukur menjadi lebih baik lagi. Karena alat ukur ini dapat dikatakan masih baru sehingga masih perlu dilakukan pengembangan dan penelitian lebih lanjut terutama untuk *setting* yang berbeda; (2) Secara praktis, dari hasil penelitian didapat bahwa terdapat tingkat sombong mahasiswa cenderung sedang menuju tinggi. Diharapkan agar mahasiswa dapat menurunkan tingkat sombongnya pada subjek yang memiliki kategori pada tingkat tinggi bahkan sangat tinggi. (3) Kemudian, dalam menggunakan alat ukur baku adaptasi dari barat, jika ingin digunakan di Indonesia harus benar-benar lebih diperhatikan agar tidak terjadi bias.

Daftar Pustaka

Al-Munajjid, M. S. (2009). *Al-Kibr.* Arab Saudi: Zad Group.

Anggraini, D., & Cucuani, H. (2014). Hubungan kualitas persahabatan dan empati pada pemaafan remaja akhir. *Jurnal Psikologi, 10*(1), 18-24.

Az-Zamili, M. K. (2013). Pemahaman takabur, sebab-sebab dan penyembuhannya dalam Alquran dan Sunnah Mutohharoh. *Iraqi Jurnal Akademik Sains*, 1-24.

Boonyarit, I., Chuawanlee, W., Macaskill, A., & Supparerkchaisakul, N. (2013). A psychometric analysis of the workplace forgiveness scale. *Europe's Journal of Psychology*.

Bugay, A., & Demir, A. (2010). A Turkish version of heartland forgiveness scale . *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 1927-1931.

Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology, 18*(10), 72-81.

Hasan, A. (2019). Visi orientalisme jerman tentang sirah nabi dalam menghadapi kesombongan model orientasi Goethe. *Research Gate*, 1-19.

Hawwa, S. (2006). *Kajian lengkap penyesuaian jiwa. takziyatun nafs, intisari ihya ulummuddin.* Jakarta: Pena Pundi Aksara.

Khasan, M. (2017). Perspektif Islam dan psikologi tentang pemaafan. *Jurnal at-Taqoddum*, 9(1), 69-94. .

Lestari, D. I., & Agung , I. M. (2016). Empati dan pemaafan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. *Studia Insania,. 4*(2), 137-146

McCullogh, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: ii. theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social, 75*(6), 1586-1603.

Nancy, M. N., Wismanto, Y. B., & Hastuti, L. W. (2014). Hubungan nilai dalam perkawinan dan pemaafan dengan keharmonisan keluarga. *Psikodimensia,. 13*(1), 84-97.

Nashori, F. (2011). Meningkatkan kualitas hidup dengan pemaafaan. *Jurnal Fakultas Hukum UII, 13*(75), 214-226.

Nasri, S. A., Nisa, H., & Karjuniwati. (2018). Bagaimana remaja memaafkan perceraian orang tuanya: Sebuah studi fenomenologis. *Seurune, Jurnal Psikologi Unsyiah, 1*(2), 102-120.

Nurkamiden, U. D. (2016). Cara mendiagnosa peyakit ujub dan takabur. *Jurnal Managemen Pendidikan Islam,* 115-126.

Rahmandani, A. (2015). Pemaafan dan aspek kognitif dari stres pada mahasiswi jurusan kebidanan tingkat dua. *Jurnal Psikologi Undip, 14*(2), 118-128.

Razkia, D. (2018). Pelatihan pemaafan untuk menurunkan tingkat stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Jiwa "X" Pekanbaru. *Jurnal Islamika, 1*(2), 14-24.

Rusdi, A. (2017). Kibr Scale. *Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Unpublished.*

Rusdi, A., Adya, A., Utami, E. S., Yudhani, E., & Sukaryadi, Y. (2017). Sombong, tawaduk dan self-efficacy: Studi pada Siswa SMA Islam di Yogyakarta. *Faculty of Psychology and Socio-Cultural Science, Universitas Islam Indonesia and College of Shari'ah and Islamic Studies, Umm Al-Qura University. Unpublished.*

Saputro, I., & Nashori, F. (2017). Resiliensi mahasiswa ditinjau dari pemaafan dan sifat kepribadian agreebleness. *Jurnal Psikologi Islami,. 4*(2), 171-180.

Sayyid, N. S. (2014). *Kebohongan dan kedzaliman dalam lingkup Surah Qasas.* Madinah: Al-Madinah International University.

Seligman, M. E. (2002). *Using the new positive psychology to relize your potential for lasting fulfillment.* New York: Atria Paperback.

Sholeh, A. (2017). The relationship among hedonistic lifestyle, life satisfaction, and happiness on college students. *International Journal of Social Science and Humanity,* 604-607.

Thompson, L. Y., Snyder, C. R., & Hoffman, L. (2005). Heartland forgiveness scale. *Faculty Publications, Department of Psychology,* 425.

Utami, D. A. (2015). Kepercayaan interpersonal dengan pemaafan dalam hubungan persahabatan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 3*(1), 54-70.

Bab 12

Peran *Tawadhu'* dan *Peer-Attachment* terhadap Perilaku Prososial Mahasiswa Pascasarjana

Talitha Quratu Aini & Siti Jihan Ruhiat
Universitas Islam Indonesia, Psikologi, Yogyakarta
18915057@students.uii.ac.id, 18915054@students.uii.ac.id

Pendahuluan

Mahasiswa Pascasarjana merupakan figur yang dianggap memiliki ilmu dan kemampuan yang lebih oleh masyarakat. Seringkali mahasiswa Pascasarjana dianggap memiliki kedudukan yang tinggi pula, sehingga banyak masyarakat yang mengharapkan bantuan melalui ilmu yang dimilikinya. Ilmu dan kemampuan yang lebih tersebut seharusnya mampu memberikan manfaat tidak hanya pada diri sendiri, tetapi juga bagi orang disekitarnya. Penelitian yang dilakukan oleh Fujita, Henderson, Eng, Trope dan Liberman (Singh & Teoh, 2014) menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat pemrosesan informasi yang tinggi cenderung memiliki kontrol diri yang baik. Dengan begitu, individu tersebut akan menunda keinginan pribadi dan

berusaha untuk mendahulukan kepentingan dan keuntungan bagi orang lain. Maka dari itu, sudah sewajarnya jika individu yang mengenyam pendidikan yang tinggi akan berusaha untuk bermanfaat bagi orang lain, baik yang memiliki derajat yang sama maupun tidak.

Namun pada kenyataannya masih ada mahasiswa pascasarjana yang kurang peduli dan enggan meluangkan waktu untuk membantu orang lain. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada salah satu responden, diperoleh informasi bahwa terdapat mahasiswa pascasarjana yang tidak meluangkan waktunya untuk membagikan informasi yang dimiliki kepada orang lain. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa daya saing yang tinggi antar mahasiswa pascasarjana juga membuat mereka enggan berbagi ilmu dengan sesama teman maupun orang lain. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Tiaranita, Saraswati dan Nashori (2017), bahwa orang-orang yang melanjutkan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi cenderung sulit membagikan ilmu yang dimiliki kepada orang lain. Penelitian lain yang dilakukan oleh Lando dan Schneider (Han, Shi & Yong, 2012), menemukan bahwa anak cerdas berbakat cenderung lebih banyak bertukar pengetahuan dan saling menolong di dalam kelompok sesama anak cerdas berbakat, dibandingkan anak cerdas berbakat yang berada di kelompok regular. Studi tersebut memungkinkan adanya pengaruh kelompok terhadap perilaku prososial dan kecerdasan (Han, dkk, 2012). Padahal, perilaku menolong menjadi suatu hal yang penting untuk memperkuat hubungan dan interaksi antar individu (Singh & Teoh, 2014).

Caprara (Cuadrado, Tabernero & Steinel, 2016) menjelaskan bahwa kecederungan untuk menolong, berbagi, bekerja sama, berempati maupun peduli pada orang lain merupakan bentuk

perilaku prososial. Dalam penelitiannya, Bergin, Talley dan Hamer (Caroli & Sagone, 2014) menemukan bahwa mendukung orang lain, membantu dan memberikan semangat orang lain dalam mengembangkan kemampuan mereka, serta memfasilitasi regulasi emosi orang lain menjadi komponen penting dalam perilaku prososial. Maka dari itu, perilaku prososial akan mempengaruhi kesejahteraan individu baik yang menerima bantuan maupun individu yang memberikan bantuan (Weinstein & Ryan, 2010). Staub (Han, dkk, 2012) mendefinisikan perilaku prososial sebagai perilaku yang memberikan keuntungan bagi orang lain dan ditujukan untuk berbagi, bekerjasama, menolong, mendonasikan, maupun memberikan kenyamanan bagi orang lain.

Batson dan Powell (Han, dkk, 2012) menjelaskan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stabilitas perilaku prososial di antaranya kepribadian, inteligensi, otonomi, empati, pengambilan perspektif dan penalaran moral. Selain faktor-faktor tersebut, studi yang dilakukan oleh Hilbig, Thielmann, Hepp, Klein dan Zettler (2015) menemukan bahwa kerendahan hati individu dapat memprediksi perilaku prososial. Dalam Islam, kerendahan hati dikenal sebagai sikap *tawadhu'*. Menurut Ilyas (2002), *tawadhu'* merupakan sikap rendah hati dan merupakan lawan dari sikap sombong atau takabur. Seseorang yang rendah hati tidak akan menilai dirinya lebih baik atau lebih tinggi derajatnya daripada orang lain. Sikap *tawadhu'* yang dimiliki individu dapat mengarahkannya pada perilaku menolong. Seperti yang dijelaskan dalam hadits Rasulullah SAW. yang artinya *"Allah mewahyukan kepadaku agar kalian bersikap tawadhu' sehingga seseorang tidak boleh berlaku congkak atas orang lain dan tidak boleh berlaku aniaya,"* (HR. Abu Dawud no. 4895, Ibn Majah no 4179). Melalui penjelasan hadits tersebut dapat dipahami bahwa sikap

tawadhu' dapat mencegah seseorang dari berbuat aniaya kepada orang lain dan mengarahkan pada perilaku menolong. Adapun dimensi sikap *tawadhu'* menurut Nashori (2016) di antaranya sikap tunduk pada kebenaran dan taat untuk melaksanakannya, bersedia menerima kebenaran dari siapa saja serta kemampuan untuk melihat kelebihan atau kemuliaan orang lain.

Selain *tawadhu'*, perilaku prososial juga dapat dipengaruhi oleh kelekatan mahasiswa pascasarjana dengan orang lain, terutama teman, yang disebut sebagai *peer attachment. Peer attachment* merupakan kelekatan atau rasa nyaman dan ikatan yang dirasakan individu meliputi perasaan dan pikiran kepada teman sebayanya (Armsden & Greenberg, 1987). Dalam penelitiannya, Wilkinson (Oldfield, Humphrey & Hebron, 2016) pertemanan yang terjalin pada masa hingga seterusnya akan menjadi semakin penting dan bermakna, sebab akan menimbulkan pengaruh yang signifikan pada perilaku individu di tahap usia selanjutnya. *Peer attacmhment* terdiri dari beberapa aspek di antaranya kepercayaan individu bahwa orang lain mampu memahami dan menghargai kebutuhannya, kemudian persepsi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Oldfield, dkk, (2016), didapatkan hasil bahwa kelekatan yang aman dengan orangtua dan teman sebaya serta keterikatan pada sekolah yang tinggi memiliki korelasi positif yang signifikan dengan tingkat perilaku prososial, sebaliknya berkorelasi negatif dengan perilaku menentang dan kesulitan emosional. Menurut penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, ditemukan bahwa seseorang akan cenderung menolong orang lain yang dikenal dengan baik. Penner, dkk (eGyankosh.ac.in, 2017) menyatakan bahwa seseorang cenderung berperilaku prososial pada orang yang disukai atau memiliki kesamaan. Graziano, dkk (eGyankosh.ac.in,

2017) menambahkan bahwa perilaku prososial akan cenderung diberikan kepada orang lain yang dianggap dekat seperti keluarga atau sahabat. Berdasarkan pemaparan permasalahan di atas, hipotesis yang diajukan peneliti pada penelitian ini yaitu *tawadhu'* dan *peer attachment* dapat memprediksi perilaku prososial mahasiswa pascasarjana.

Penelitian ini melibatkan 106 responden yang merupakan mahasiswa pascasarjana dari berbagai jurusan, dengan rentang usia 21 hingga 35 tahun dan berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Adapun instrument penelitian ini terdiri dari tiga skala, di antaranya skala perilaku prososial, skala sikap *tawadhu'* dan skala *peer attachment.* Skala perilaku prososial yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari skala *Prosocialness Scale for Adults* yang dikembangkan oleh Caprara, Steca, Zelli dan Capanna (2005) yang terdiri dari 16 aitem. Selanjutnya variabel *tawadhu'* diukur dengan menggunakan skala *tawadhu'* yang dikembangkan oleh Nashori (2016), yang terdiri dari 38 aitem.

Skala *peer attachment* pada penelitian ini menggunakan skala *The Inventory of Parent and Peer Attachment-Revised* (IPPA-R) yang dikembangkan oleh Gullone dan Robinson berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Armsden dan Greenberg (1987). Dalam penelitian ini, peneliti hanya akan menggunakan aitem-aitem yang menunjukkan *peer attachment,* yaitu sebanyak 25 aitem. Selanjutnya data yang terkumpul akan dianalisis dengan analisis regresi ganda menggunakan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) for windows release 22,0.*

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis menggunakan analisis regresi ganda didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. *Analisis regresi ganda*

Variabel Penelitian	R	R Square	Sig.
Tawadhu dan *Peer Attachment* * Perilaku Prososial	0.539	0.291	0.000

Dari tabel di atas dapat diketahui antara tawadhu, peer attachment dan perilaku prososial memiliki nilai signifikansi sebesar 0.000 (p < 0.01). Hasil tersebut menunjukkan bahwa *tawadhu'* dan *peer attachment* secara bersama-sama mampu menjadi prediktor pada perilaku prososial mahasiswa pascasarjana, sehingga hipotesis yang diajukan peneliti diterima. Dari hasil analisis regresi ganda juga diperoleh nilai *R square* sebesar 0.291. Hal tersebut menunjukkan sumbangan efektif yang diberikan *tawadhu'* dan *peer attachment* terhadap perilaku prososial sebesar 29.1%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *tawadhu* dan *peer attachment* dapat memprediksi perilaku prososial. Batson dan Powell (Aghababaei, Mohammadtabar & Saffarinia, 2014) menyatakan bahwa perilaku prososial merupakan perilaku yang meliputi tindakan membantu, sukarelawan, berbagi serta bekerja sama. Adapun perilaku prososial dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari luar individu. Seperti halnya dalam penelitian ini, *tawadhu* mampu memprediksi perilaku prososial mahasiswa pascasarjana. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa kejujuran dan kerendahan hati menjadi salah satu prediktor yang krusial terhadap perilaku prososial (Ashton & Lee, 2008a,b ; Hilbig, Glocker & Zettler, 2014). Penelitian lain yang dilakukan oleh Krumei-Mancuso (2016) juga menunjukkan bahwa kerendahan hati individu mampu memprediksi perilaku prososial.

Tabel 2. *Tawadhu' dan Perilaku Prososial*

Variabel Penelitian	R	R Square	Sig.
Tawadhu * Perilaku Prososial	0.437	0.191	0.000

Dari tabel di atas, diketahui bahwa *tawadhu'* memiliki korelasi signifikan dengan perilaku prososial yang ditunjukkan dengan nilai p= 0.000 ($p < 0.01$) dan nilai R sebesar 0.437. Hal ini menunjukkan bahwa *tawadhu'* memiliki hubungan yang positif dengan perilaku prososial mahasiswa pascasarjana. *Tawadhu* dimaknai sebagai sikap rendah hati dan tidak sombong (Ilyas, 2002). *Tawadhu'* juga meliputi sikap individu yang bersedia menerima kebenaran dari siapa saja tanpa memandang status sosialnya, tidak merendahkan orang lain serta tidak berbuat zalim pada siapapun (Khalid, 2006). Melalui penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa individu yang rendah hati akan bersedia mendahulukan kepentingan orang lain di atas urusan pribadi (LaBouff, Rowatt, Johnson, Tsang & Willerton, 2011). Exline dan Hill (Krumei-Mancuso, 2016) menjelaskan bahwa individu yang rendah hati akan bersedia menolong orang lain. Hal ini dikarenakan individu yang rendah hati lebih mampu melihat masa lalu serta kepentingan pribadi untuk mengenali kebutuhan orang lain. Mereka juga cenderung lebih mampu untuk menghargai nilai yang dianut oleh orang lain, sehingga individu yang rendah hati akan lebih terbuka dan lebih mudah untuk melakukan tindakan prososial.

Tabel 3. *Peer attachment dan perilaku prososial*

Variabel Penelitian	R	R Square	Sig.
Peer Attachment * Perilaku Prososial	0.466	0.217	0.000

Dari tabel di atas diketahui bahwa *peer attachment* memiliki korelasi yang signifikan dengan perilaku prososial dengan nilai p=

0.000 ($p < 0.01$) dan nilai R sebesar 0.466. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan positif antara *peer attachment* dan perilaku prososial mahasiswa pascasarjana. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan *peer attachment* memiliki pengaruh terhadap perilaku prososial. Penelitian yang dilakukan oleh Oldfield, dkk (2016), yang menunjukkan bahwa kelekatan aman dengan orangtua dan teman sebaya memiliki korelasi positif yang signifikan dengan tingkat perilaku prososial. Begitu pun juga penelitian yang dilakukan oleh Lucktong, Salisbury, & Chamratrithirong (2018) menunjukkan bahwa *peer attachment* mempunyai pengaruh signifikan terhadap perilaku prososial, terutama pada subjek wanita. Penelitian lain yang dilakukan oleh Guzman dan Carlo (2004) pun menemukan bahwa *peer attachment* secara positif memprediksi tendensi perilaku prososial seseorang.

Menurut Graziano, dkk (eGyankosh.ac.in, 2017) perilaku prososial akan cenderung diberikan kepada orang lain yang dianggap dekat seperti keluarga atau sahabat, karena menurut Penner, dkk (eGyankosh.ac.in, 2017) seseorang cenderung berperilaku prososial pada orang yang disukai atau memiliki kesamaan. Ketika seseorang mempunyai hubungan yang positif dengan teman sebaya, hubungan tersebut akan meningkatkan perilaku prososial (Greener; Pakaslahti, Karjalainen, & Keltikangas-Jarvinen dalam Guzman, Jung & Do, 2012). Kualitas dari hubungan teman sebaya ini mempunyai implikasi yang penting dalam perkembangan sosial individu (Guzman & Carlo, 2004). Sebuah studi menunjukan bahwa semakin bertumbuhnya seseorang, hubungan sosial seperti hubungan teman satu kelas menyediakan perilaku prososial seperti peduli, berbagi dan hubungan timbal balik (Plenty, Östberg, & Modin dalam Lucktong dkk, 2018). Selain itu, Sze (Lay & Hoppmann, 2015)

menambahkan bahwa pada di usia dewasa, seseorang cenderung mempunyai keinginan untuk membantu orang lain dan terlibat dalam pengalaman yang bermakna secara emosional untuk mengenali dan memenuhi kebutuhan orang lain. Fraley dan Davis; Nickerson dan Nagle (Gorrese & Ruggieri, 2012) menambahkan bahwa semakin bertahan lama suatu hubungan antar individu, maka semakin mudah pula terbentuk fungsi kelekatan antar teman, salah satunya dengan saling tolong menolong.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa *tawadhu'* dan *peer attachment* dapat menjadi prediktor pada mahasiswa pascasarjana dalam melakukan perilaku prososial. Temuan dari penelitian ini memberikan beberapa implikasi, yaitu sikap tawadhu' secara empirik memiliki hubungan dengan perilaku prososial individu. Hal ini telah dijelaskan bahwa individu yang rendah hati akan lebih mudah untuk mengutamakan kepentingan orang lain di atas kepentingannya sendiri. Selain itu, kelekatan yang dimiliki individu dengan teman sebayanya juga berhubungan dengan perilaku prososialnya. Hal ini dikarenakan semakin lekatnya individu dengan teman sebaya, maka semakin mudah baginya untuk memberikan bantuan dalam bentuk apapun.

Daftar Pustaka

Aghababaei, N., Mohammadtabar, S., & Saffarinia, M. (2014). Dirty dozen VS The H factor: Comparison of the dark triad and honesty-humility in prosociality, religiosity and happiness. *Personality and Individual Differences, 67*, 6-10.

Allgaier, K., Zettler, I., Wagner, W., Puttmann, S., & Trautwein, V. (2015). Honesty-humility in school: Exploring main and

interaction effects on secondary school students anti social and prosocial behavior. *Learning and Individual Differences, 43,* 211-217.

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*(5), 427-54.

Caprara, G.V., Steca, P., Zelli, A., & Capanna, C. (2005). A new scale for measuring adults prosocialness. *European Journal of Psychological Assesment, 21*(2), 77-89.

Caroli, M.E.D., & Sagone, E. (2014). Belief in a just world, prosocial behavior and moral disengangement in adolescence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 116.* 596-600.

Cuadrado, E., Tabernero, C., & Steinel, W. (2016). Determinants of prosocial behavior in included versus excluded contexts. *Frontiers in Psychology, 6,* 1-16.

eGyanKosh. (2017). Unit-2 Prosocial behavior and factors contributing to prosocial behavior. Retrieved from http://hdl.handle.net/123456789/20871

Exline, J. J., & Hill, P. C. (2012). Humility: A consisten and robust predictor of generosity. *The Journal of Positive Psychology, 7*(3), 208-218.

Gullone, E., & Robinson, K. (2005). The inventory of parent and peer attachment-revised (IPPA-R) for children: A psychometric investigation. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 12,* 67-79.

Guzman, M. R. T., & Carlo, G. (2004). Family, peer, and acculturative correlates of prosocial development among latinos. *Great Plains Research: A Journal of Natural and Social Sciences, 14* (Fall 2004). 185-202. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/257384968_Family_Peer_and_Acculturative_Correlates_of_Prosocial_Development_Among_Latinos

Guzman, M, R, T., Jung E., & Do, K, A. (2012). Perceived social support networks and prosocial outcomes among latino/a youth in the united states. *Interamerican Journal of Psychology, 46*(3), 413-424.

Gorrese, A., & Ruggieri, R. (2012). Peer attachment: a meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. *Journal of Youth Adolescence, 41*, 650 – 672.

Han, R., Shi, J., & Yong, W. (2012). Intelligence and prosocial behavior: do smart children really act nice?. *Current Psychology, 31*, 88-101.

Hilbig, B.E., Glockner, A., & Zettler, I. (2014). Personality and prosocial behavior Linking basic traits and social value orientations. *Journal of Personality and Social Psychology.*

Hilbig, B.E., Thielmann, I., Wuhrl, J., & Zettler, I. (2015). From honesty-humility to fair behavior-benevolence or a (blind) fairness norm? *Journal of Persoanlity and Individual Differences.* 91-95.

Ilyas, Y. (2002). *Kuliah Akhlaq.* Yogyakarta: Lembaga Pengkajian dan Pengamalan Islam (LPPI).

Krumei-Marcuso, E.J. (2016). Intellectual humility and prosocial values: Direct and mediated effects. *The Journal of Positive Psychology.*

LaBouff, J.P., Rowatt, W.C., Johnson, M.K., Tsang, J.A., & Willerton, G.M. (2011). Humble person are more helpful than less humble persons: Evidence from three studies. *The Journal of Positive Psychology. 1*(14).

Lay, J, C., & Hoppmann, C, A. (2015). Alturism and prosocial behaviour. *Encyclopedia of Geropsychology Springer Science + Business Media Singapore.* 1-9. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/283583352

Lucktong, A., Salisbury, T, T., & Chamratrithirong, A. (2018). The impact of parental, peer, and school attachment on the psychological well-being of early adolescent in thailand. *International Journal of Adolesence and Youth, 23*(2), 235-249. Retrieved from https://doi.org/10.1080/02673843.2017.1330698.

Nashori, F. (2016). *Pengembangan skala Tawadhu dalam perspektif Islam.* Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.

Oldfield, J., Humphrey, N., & Hebron, J (2016). The role of parental and peer attachment relationship and school connectedness in predicting adolescent mental health outcomes. *Child and Adolescent Mental Health. 21*(1), 21-29.

Singh, S.J., & Teoh, V.Y. (2014). Enhancing prosocial behavior among college students: exploring the role of abstract mindset. *International Journal of Law and Social Sciences, 3*(2), 28-32.

Tiaranita, Y., Saraswati, S.D., & Nashori, F. (2017). Religiusitas, kecerdasan emosi, dan tawadhu' pada Mahasiswa Pascasarjana. *Psikologia, 2*(1), 27-37.

Weinstein, N., & Ryan, R.M. (2010). When helping helps: autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helpe and recipient. *Journal of Personality and Social Psychology, 98*(2), 222-244.

Bab 13

Job Crafting, Tawakal dan *Work Engagement* Karyawan di Era Industri 4.0

Imam Kurniawan, Hafiz Anshori & Indo Sennang
Universitas Islam Indonesia, Magister Psikologi Profesi, Yogyakarta
imam.wanwan27@gmail.com

Pendahuluan

Era industri 4.0 melalui konektivitas dan digitalisasinya mampu meningkatkan efisiensi rantai manufaktur dan kualitas produk. Namun demikian, di sisi lain, revolusi industri ini juga akan membawa dampak menghilangnya 800 juta lapangan pekerjaan di seluruh dunia hingga tahun 2030 karena sebagian besar pekerjaan telah diambil alih oleh robot (Satya, 2018). Oleh karena itu didalam sebuah organisasi agar mampu bertahan di era ini seluruh fungsi-fungsi di dalamnya harus memiliki daya saing dan kompetensi yang kompetitif dalam menghadapi globalisasi. Ketidaksiapan fungsi-fungsi organisasi akan menjadikan dirinya sebagai objek dari para pelaku atau subjek pada era globalisasi (Jahidi & Hafid, 2017).

Industri di Indonesia mengalami pasang surut dalam pengembangannya, Berdasarkan data dari Kementrian Perindustrian, tercatat bahwa untuk periode 2015-2018 pertumbuhan Produk Domestik Bruto nasional mencapai 19,89 persen. Ini disumbangkan dari sektor industri makanan dan minuman yang tumbuh hingga 8,71 persen, kemudian disusul industri barang logam, komputer, barang elektronika, mesin dan perlengkapan 4,02 persen, industri alat angkutan 3,67 persen, industri kimia 3,40 persen, serta industri tekstil dan pakaian 1,64 persen. Selanjutnya ketua komisi X DPR RI mengatakan industri pariwisata menyumbangkan devisa nasional, berdasarkan akhir Desember 2017 industri menyumbangkann sebesar USD 130,2 miliar atau Rp. 1.744 triliun, membuat berkontribusi sebesar 11,64 persen. Industri pariwisata ini terdiri dari obyek wisata, *tour* dan *travel*, transportasi dan perhotelan (Neraca, 2018).

Dunia perhotelan nasional banyak mengalami kemunduran dan bahkan tutup. Hal ini bisa kita lihat dari kejadian yang terjadi di kota Yogyakarta. Ketua Persatuan Hotel dan Restoran Indonesia (PHRI) Yogyakarta menyebutkan, PHRI mendata bahwa pada Mei 2018 rata-rata okupansi hotel berbintang di Yogyakarta sekitar 56 persen per bulan. Sementara hootel non berbintang sekitar 26 persen. Hal tersebut apabila terus terjadi dalam setiap setiap memilki okupansi di bawah 60 persen akan menyebabkan persaingan yang tidak sehat. Jelas berdampak pada industri di Indonesia (Tribun Jogja, 2018).

Pegawai merupakan salah satu faktor kunci penguat bagi keberlangsungan serta kompetisi sebuah negara maupun organisasi. Karyawan menjadi fokus pada perusahaan karena merupakan komponen terpenting dalam terciptanya produktivitas perusahaan (Wirawan dan Eko, 2009). Perusahaan akan dituntut

untuk mendapatkan pegawai yang memiliki inisiatif, dedikasi, dan komitmen tinggi pada pekerjaannya. Selain itu, pegawai juga didorong untuk menunjukkan semangat dan antusias yang tinggi. Hal tersebut merupakan ciri pegawai yang memiliki keterikatan dengan pekerjaanya (Bal & Bakker, 2010).

Keterikatan kerja yang dimaksud mengacu pada *work engagement* yang merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan produktivitas pegawai. Istilah *work engagement* mengacu pada pengertian yang dikemukakan oleh Schaufeli dan Bakker (2010), yaitu keadaan psikologis positif berkaitan dengan pemenuhan kerja yang dikarakteristikkan dengan *vigor, dedication*, dan *absorption. Vigor* ditandai dengan tingginya energi dan ketahanan mental saat bekerja, keinginan untuk berusaha dalam menyelesaikan pekerjaan, dan ketekunan menghadapi kesulitan. *Dedication* ditunjukkan pada keterlibatan yang tinggi dalam menyelesaikan pekerjaan dan mengalami perasaan yang bermakna, antusiasme, inspirasi, kebanggaan, dan tantangan. *Absorption* ditandai dengan konsentrasi penuh dan merasa senang melakukan pekerjaannya, dimana pegawai merasa waktu berlalu begitu cepat dan merasa sulit melepaskan diri dari pekerjaannya. Pegawai dengan *work engagement* dibutuhkan oleh setiap perusahaan.

Sejalan dengan hasil penelitian Jackson (2014) mengungkapkan bahwa semakin banyak individu yang terlibat dalam pekerjaan mereka, maka semakin berhasil pula mereka menyelesaikan tugas pekerjaannya yang artinya *work engagement* berpengaruh signifikan positif terhadap kinerja karyawan. Jakopec et al (2015) juga dalam penelitiannya mengungkapkan adanya hubungan pengaruh signifikan antara *work engagement* terhadap kinerja karyawan.

Work engangement pada karyawan tidak lepas dari peran mereka dalam melakukan pengembangannya. Suatu konsep baru dan penting ketika karyawan lebih berperan aktif serta proaktif dalam mengembangkan aspek dan mendesain kembali pekerjaan tertentu dalam pekerjaan karyawan disebut *job crafting* (Tims, dkk. 2012). *Job crafting* merupakan suatu konsep yang mana karyawan secara eksplisit mengkonsep ulang suatu pekerjaan (Wrzesniewski & Dutton, 2001). Sesuatu yang khas dalam konsep ini adalah, karyawan menggunakan inisiatif sendiri dalam mengubah pekerjaannya (Tims, dkk. 2012). *Job crafting* merupakan penyeimbangan antara sumber daya pekerjaan dan tuntutan pekerjaan dengan kebutuhan dan kemampuan karyawan. Petrou, Demerouti, dan Schaufelin (2015) menyebutkan *job crafting* merupakan perilaku kerelaan dan inisiatif dari karyawan dalam membuat aspek-aspek pekerjaan yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan kondisi suatu pekerjaan.

Hal tersebut mengartikan bahwa setiap individu harus proaktif terhadap pekerjaan ataupun situasi yang ada. Keadaan proaktif ini juga mencerminkan suatu konsep yang bernama *job crafting*. Proaktif disini maksudnya adalah individu berinisiatif kepada pekerjaannya untuk kepentingan memudahkan dirinya terhadap pekerjaan (Azizah dan Ratnaningsih, 2018). Penelitian yang dilakukan Maulina (2018) menemukan bahwa pelatihan *job crafting* dapat menurunkan kebosanan kerja yang nantinya berpengaruh kepada *work engangement. Job crafting* juga tidak lepas dari religiusitas, pada penelitian Phonthalullah (2015) menyebutkan bahwa spritualitas dapat mempengaruhi *job crafting* dan *work engagement.* Dalam Islam, ketika seseorang mempunyai inisiatif dan melakukan usaha lalu selanjutnya menyerahkan segalanya kepada Allah Swt., disebut dengan tawakal. Tawakal tidak hanya berserah diri saja, tetapi individu tersebut harus juga

berusaha dalam setiap pekerjaan yang dikerjakannya. Tidak hanya berdiam diri, duduk, tanpa berjuang dan berserah pada nasib saja dan tanpa berusaha sedikitpun (Al-Jauziah, 1992).

Konsep tawakal dalam Islam mempunyai kesamaan dengan konsep *surrender to God* oleh ilmuan Barat. Menurut Wong-McDonald dan Gorsuch (2000) *surrender to God* adalah orang yang mempunyai sikap berserah diri pada Tuhan pada level tinggi selalu mengutamakan firman Tuhan atas dasar dia melakukan sesuatu, walaupun seseorang tersebut mempunyai alternatif tersendiri dalam melakukan sesuatu atau pengatasan masalah tetapi tidak sejalan dengan anjuran Tuhan maka orang tersebut selalu memilih solusi sesuai dengan kehendak Tuhan. Hal tersebut menunjukkan bahwa berserah diri pada Tuhan di sini tidak hanya sekedar memasrahkan semua hal kepada Tuhan, tetapi seseorang juga mengupayakan hal sebagai solusinya. Penelitian lainnya yang sejalan bahwa berserah diri pada Tuhan memberikan pengaruh terhadap aspek psikologis yaitu, penelitian yang dilakukan Reinert (Sartika, 2015) menemukan bahwa peningkatan skor berserah diri pada Tuhan diiringi dengan penurunan skor narsisme. Papandonatos, Grover dan Tremonts (Sartika, 2015) juga menemukan bahwa berserah diri pada Tuhan memiliki hubungan dengan gejala depresi yang lebih sedikit.

Sejauh ini belum banyak penelitian yang mengkaji mengenai *work engangement, job crafting* dan *surrender to god* yang mengacu pada konsep Islam. Oleh karena itu diperlukan kajian lebih lanjut mengenai hubungan *job crafting* dan *surrender to god* dalam meningkatkan *work engangement* pada karyawan di indutri pariwisata.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif. Penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2012). Populasi pada Hotel & Restaurant X Yogyakarta ini berjumlah 28 orang karyawan. Data penelitian yang dihimpun merupakan data primer yang berasal dari skala yang disebarkan pada responden dengan menggunakan skala pengukuran Likert dan data sekunder yang berasal dari literatur serta penelitian terdahulu yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian.

Pengolahan data diawali dengan uji validitas dan reliabilitas. Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis linear berganda dengan uji asumsi lewat uji multikolinearitas, uji heteroskesdastisitas, uji normalitas data. Bagian ini menjelaskan metode penelitian secara keseluruhan yang telah digunakan dalam proses penelitian. Metode berisi responden, kuesioner, desain dan penelitian, prosedur, dan teknik analisis data.

Penelitian ini menggunakan 3 skala yaitu skala *work engangement*, skala *job crafting* dan skala tawakkal (*surrender to god)*. Pada penelitian ini dua skala mengadaptasi alat ukur penelitian yang telah terukur validitas dan reabilitasnya yaitu skala *work engangement* berdasarkan konsep teori yang dikemukakan oleh Schaufeli dan Bakker (2010) dan *job crafting* berdasarkan konsep teori oleh Tims dkk (2012), sedangkan pada skala *surrender to god* peneliti melakukan modifikasi pada skala yang telah disusun oleh Sartika, dkk (2014).

Tabel 1. *Hasil pengujian reliabilitas alat ukur*

Skala	Cronbach Alpha	Status
Work Engagement	0.832	Reliabel
Job Crafting	0.884	Reliabel
Tawakkal (Surrender to God)	0.924	Reliabel

Hasil dan Pembahasan

Hasil penenlitian ini menunjukkan bahwa *job crafting* memprediksi *work engangement,* tetapi hasil penelitian ini menunjukkan tawakal tidak memprediksi Work Engangement. Tabel di bawah ini menyajikan sumbangan perilaku *job crafting* terhadap *work engangement.*

Tabel 2. *Hasil uji regresi*

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.487[a]	.237	.178	4.80867	1.791

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa *work engangement* dipengaruhi oleh *job crafting* sebesar 23,7% ($p<0,05$). Sumbangan setiap variabel dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *job crafting* dan tawakal secara bersamaan dapat memprediksi *work engangement* seseorang. Ini berarti bahwa hipotesis mayor diterima dan memberikan sumbangan efektif sebesar 23,7% pada *work engangement*, yang berarti bahwa 76,3% dipengaruhi variabel lain. Dalam penelitian Anggraini, Astuti dan Prasetya (2016) bahwa ada variabel lain yang mempengaruhi *work engangement* sebesar 74% yaitu variabel budaya organisasi, *reward* dan *personal resources.*

Penelitian ini juga ditemukan hal yang sama ketika dilakukan uji hipotesis minor bahwa *job crafting* tersendiri dapat memprediksi *work engangement* seseorang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Azizah dan Ratnaningsih (2018) bahwa *job crafting* memiliki pengaruh terhadap *work engangement* serta dengan nilai sumbangan efektif sebesar 58,4%. Dalam konsepnya *job crafting* adalah, ketika karyawan menggunakan inisiatif sendiri dalam mengubah pekerjaannya (Tims, dkk. 2012). Mengubah dalam hal ini bisa menjadi hal positif yang terbukti dapat memprediksi *work engangement* seseorang karena *job crafting* adalah sebuah tindakan yang dilakukan oleh karyawan untuk merubah batas-batas pekerjaannya dan mendesain pekerjaannya sesuai dengan keterampilan dan kemampuan mereka yang bertujuan untuk menyelesaikan sebuah pekerjaan dengan lebih efektif. (Leana, dkk. 2009), karena pada saat karyawan melakukan *job crafting* maka karyawan tersebut akan membuat hubungan karyawan dengan pekerjaan mereka lebih terikat dan menimbulkan rasa tanggung jawab karyawan dengan pekerjaan mereka. (Albana, 2019)

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mirjam & Ayla (2017), Tims, dkk (2014), Boumans (2015), Thomassen (2016), Bakker, dkk (2015) yang dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa *job crafting* mempengaruhi *work engagement* pada karyawan dengan pekerjaan mereka. Selain itu juga *job crafting* tidak hanya berkaitan dengan variabel *work engangement.* Karena *job crafting* dapat menurunkan tingkat kebosanan karyawan (Maulina, 2018). Selain itu juga *job crafting* dapat memprediksi kinerja karyawana dimediatori oleh *work engangement.* (Albana, 2019)

Berbeda dengan uji hipotesis minor yang dilakukan antara tawakal dengan *work engengament* yang tidak memiliki hubungan, karena tawakal adalah hal yang spesifik dalam Islam, berbeda definisi ketika disandingkan kata spiritualitas yang dari hasil penelitian Phontatullah (2015) memiliki sumbangan efektif sebesar 45,5% terhadap *work engengament.* Spritualitas dan tawakal memang memiliki definisi yang berbeda, yang mana tawakal adalah bagian dari spritualitas yang memiliki makna lebih luas. Tawakal merupakan sebab terkuat yang bisa membuat meraih apa yang seseorang inginkan. Tawakal sama seperti doa, sebab untuk mendapatkan segala harapan. (Mujib dan Mudzakir, 2001). Dari penjelasan tersebut terlihat bahwa harapan tidak terletak pada suatu yang ada suatu pekerjaan tertentu bahkan hanya sekedar keterikatan kerja atau *work engangement.* Harga diri yang dirasakan orang bertawakal mengangkatnya ketempat yang lebih tinggi, dan memberikan kekuasaan yang lebih besar, meski tanpa tahta ataupun mahkota. Kekuatan itu berasal dari harga diri orang yang bertawakal kepada-Nya. Maksudnya yaitu orang yang bertawakal akan memiliki harga diri tanpa bantuan orang, merasa kaya meski tanpa harta, dan menjadi raja meski tanpa bala tentara dan pengikut. (Qardawi, 2004), orang yang bertawakal tidak mempunyai ketergantungan dengan harta, lalu mempunyai asumsi bahwa keterikatan pekerjaan bukan suatu hal yang dipermasalahkan oleh orang yang mempunyai tawakal yang tinggi.

Hasil penelusuran peneliti pun belum menemukan korelasi yang signifikan antara tawakal dengan *work engagement* seseorang. Dominasi yang ditemukan penelitian tawakal berkutat pada hal individu sendiri, seperti tawakal dengan penurunan skor narsisme (Reinert, 1999), tawakal sebagai prediktor reduksi stres (Clements dan Ermakova, 2012), tawakal dengan gejala depresi

(Rathier, dkk. 2013) dan tawakal sebagai prediktor bagi perbaikan kesehatan mental. (Pargament, dkk. 2004).

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *job crafting* dan tawakal memprediksi *work engangement.* Individu yang memiliki *job crafting* tinggi secara otomatis menimbulkan *work engangement* karena pada saat karyawan melakukan *job crafting* maka karyawan tersebut akan membuat hubungan karyawan dengan pekerjaan mereka lebih terikat dan menimbulkan rasa tanggung jawab karyawan dengan pekerjaan mereka. Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa tawakal tidak memiliki hubungan dengan *work engagement.* Penelitian selanjutnya dapat melakukan kajian lebih lanjut mengenai mengkaji konstruk perilaku tawakal. Saran yang dapat direkomendasikan adalah karyawan supaya meningkatkan *job crafting* dalam suatu pekerjaan dengan terlibat aktif dalam suatu inovasi agar rasa tanggung jawab dan rasa memiliki terhadap pekerjaan semakin baik.

Daftar Pustaka

Albana, H. (2019). Pengaruh *job crafting* terhadap kinerja karyawan yang dimediasi oleh *work engangement* di PT. Terminal Teluk Lamong, Surabaya. *Jurnal Ilmu Manajemen, 7*(1), Surabaya, 210-219.

Al-Jauziah, I. Q. (1992) *Madarijus salikin.* Bairut: Darul Fikri. 123.

Ansori, Munib. (2018). Menperin tangkis isu indonesia punah dengan jurus industri 4.0 kebijakan publik. *Neraca*, (diakses 28 Agustus 2018).

Azizah. R,. & Ratnaningsih, I.Z. (2018) Hubungan antara *job crafting* dengan ketertarikan kerja pada karyawan generasi Y di Kantor Pusat PT. Bank Bukopin, Tbk Jakarta. *Empati, 7*(2), 167-173

Bakker, A.B., Rodríguez-Muñoz, A., & Sanz V.A.I. (2015). Modelling job crafting behaviours: Implications for work engagement. *Human Relations, 69*(1), 169–189.

Bakker, A. B., Tims, M., & Derks, D. (2012). Proactive personality and job performance: The role of job crafting and work engagement. *Human Relations*, *65*(10), 1359–1378.

Boumans, J. (2015). *The effect of a job crafting intervention and proactive personality on work engagement.* Thesis Humans Resource Studies, Tilburg University: Amsterdam.

Leana, C., Appelbaum, E., & Shevchuk, I. (2009) *The Academy of Management Journal* 52(6), 1169-1192.

Clements A, D., & Ermakova A., V. (2011). Surrender to god and stress: A possible link between religiosity and health. *Psychology of Religion and Sprituality,* 4(2), 71-75.

Hutauruk, T. R. (2010). Tinjauan daya inovasi pemerintah daerah dalam pelaksanaan desentralisasi di kabupaten/ kota propinsi kalimantan timur. *Jurnal Borneo Administrator. PKP2A III LAN, 6*(2), 2161-2174.

Jackson, L. (2014). *The work engagement and job performance relationship: Exploring the mediating effect of trait emotional intelligence.* Thesis. Psychology Studies, San Jose State University: California.

Jahidi, I., & Hafid, M, (2017). Transformasional Leadership dan Servant Leadership: Tantangan Kepemimpinan dalam Menghadapi Era Global. *CosmoGov, 3*(2), 219-231.

Jakopec, A., Andersen, T. L., Gabrhel, V., Ilakovac, M., Keane, L., Kovač, N., & Reigbert, K. (2015). Work Engagement and Performance : Does the (Mis) Alignment of Justice Sources Matter?, *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 6*(2), 75–78.

Maulina, R. (2018). Pengaruh Pelatihan Job Crafting untuk Menurunkan Tingkat Kebosanan Kerja Karyawan di Perusahaan X Yogyakarta.

Mirjam, R., & Ayla, H. (2017). Leader – member exchange fosters work engagement : The mediating role of job crafting. *SA Journal of Industrial Psychology, 43,* 1–11.

Mujib, A. & Jusuf M. (2001). *Nuansa-nuansa psikologi Islam.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Pargament, K. I., Koening, H. G., Tarakeshwar, N., Hahm, J. (2004). Religious coping methods as predictors of psychological, physical, and spritual outcomes among medically ill elderly patiens: A two-years longitudinal study. *Journal of Health Psychology,* 9, 713-730.

Petrou, P., Demerouti, E., & Schaufeli, W B. (2015). Job crafting in changing organization: antecent and implication for exhaustion and performance. *Journal of occupational Health Psychology, 20*(4), 470-480.

Petrou, P., Demerouti, E., & Schaufeli, W. B. 2015. Job crafting in changing organizations: Antecedents and implications for exhaustion and performance. *Journal of Occupational Health Psychology, 20*(4), 470–480.

Phonthalullah, Furqana. (2015) *Pengaruh spritualitas di tempat kerja, sumber daya pekerjaan, dan job crafting terhadap work engagement.* Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Qardawi, Yusuf. (2004). *Jalan menuju keberhasilan dan kebahagiaan hakiki.* Jakarta: PT Al-Mawardi Prima.

Rathier, L. A., Davis, J. D,. Papandatos, G. D,. Grover, C., & Tremont, G. (2013). Religious coping in caregive of family members with demensia. *Journal of Applied Gerontology, 20,* 1-24.

Reinert, D. F. (1999). Surrender and narcissism: Assing change over treatment. *Alcoholism Treatment Quarterly, 17,* 1-12.

Sartika, & Kurniawan. 2014. Skala tawakkal kepada allah: pengembangan ukuran-ukuran psikologis surrender to god dalam perspektif islam. *Jurnal Psikologika, 20*(2), 129-142.

Sasono, W. & Rahmi, Y. (2014). Manajemen inovasi pada usaha kecil menengah. *Jurnal STIE Semarang, 6*(3), 74-90.

Satya, V.E (2018). Strategi Indonesia Menghadapi Industri 4.0. *Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual dan Strategis.* 19-24.

Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Edisi ke Tujuh Belas Bandung: Alfabeta.

Thomassen, J. (2016). The relationship between job crafting and work engagement: the mediating role of workload and colleague support and the moderating role of self-efficacy. *20*(8), 44–48.

Tims, M., Bakker, A. B., & Derks, D. (2014). Job crafting and job performance: A longitudinal study. *European Journal of Work and Organizational Psychology, 24*(6), 914 928.

Tims, M., Bekker, A. B., & Derks, D. 2012. Development and validations of job crafting scale. *Journal of Vacational Behavior,* 80(1), 173-186.

Wardhani, C.M. (2018). *PHRI DIY: Kalau okupansi hotel di bawah 60 persen, persaingan pasti tidak sehat.* Tribun Jogja, (diakses 28 Desember 2018).

Wirawan, S. & Eko, A. M. (2009). *Psikologi sosial.* Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.

Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. (2000). Surrender to God: An additional coping style?. *Journal of Psychology and Theology, 28,* 318-334.

Wrzesniewski, A. & Dutton, J. E. (2001). Crafting a Job: Revisioning employees as active crafters of their work. *Academy of Management Review, 26*(2), 179-201

BAGIAN **TIGA**

Psikoterapi dan Intervensi Psikologi Islam

Psikoterapi Islam: Teori dan Praktik Mengatasi Gangguan Kejiwaan

Iredho Fani Reza
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang
iredhofanireza_uin@radenfatah.ac.id

Pendahuluan

Dalam upaya mengembangkan psikoterapi Islam dalam tinjauan ilmu psikologi, tidak semudah membalikkan telapak tangan. Karena perpaduan antara pendekatan psikologi dengan agama, menjadi sebuah polemik bagi para akademisi maupun peneliti di bidang psikologi maupun bidang keilmuan lainnya yang berkaitan (Loewenthal, 2001). Bahwa perpaduan antara psikoterapi dengan agama menjadi sebuah perdebatan akademik yang panjang, sebelum mengkhususkan lagi menjadi psikoterapi Islam. Menurut Subandi (2013) bahwa perdebatan antara komunitas keagamaan dan komunitas psikologi berlangsung dikarenakan ada asumsi bahwa para alim ulama menganggap bahwa psikologi tidak memiliki kapasitas untuk mempelajari agama.

Perdebatan akademisi yang ditampilkan dalam artikel ini, karena polemik yang muncul ada hubungannya dengan kemunculan psikoterapi Islam sebagai sebuah intervensi pendekatan psikologi dalam mengatasi gangguan kejiwaan. Terdapat dua pandangan akademisi maupun peneliti dalam memandang integrasi antara pendekatan keagamaan dengan pendekatan psikologi.

Pertama, pandangan yang cenderung menentang integrasi antara agama dengan psikologi terhadap kehidupan manusia. Sebagaimana salah satu tokoh yang terkenal adalah Sigmund Freud yang memandang bahwa agama merupakan illusi (Freud, 1962). Bahkan Freud juga memandang bahwa agama merupakan gambaran dari neurosis berupa penyakit *hysteria* (Freud, 2012).

Bukan hanya pendapat dari tokoh besar psikologi Freud. Tetapi terdapat penelitian yang membuktikan bahwa intervensi agama berdampak negatif terhadap kehidupan manusia. Sebagaimana penelitian Getz, Fleck dan Strakowski (2001) according to the Religious Delusions aitem on the Scale for the Assessment of Positive Symptoms (SAPS yang membuktikan bahwa seorang yang menjadi pasien yang aktif menjalankan aktivitas beragama mengalami delusi agama yang lebih parah dibandingkan dengan pasien yang tidak aktif beragama.

Kedua, pandangan yang cenderung mendukung integrasi antara agama dengan psikologi terhadap kehidupan manusia. Sebagaimana salah satu tokoh yang terkenal adalah William James (1917) yang mengungkapkan bahwa pentingnya penghargaan terhadap hidup beragama. Hal ini dikarenakan hubungan manusia dengan agama memberikan efek positif terhadap manusia berupa semangat baru untuk hidup, berupa jaminan keselamatan dan kedamaian dan berdampak kasih saya bagi sesama manusia.

Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Mahmoudi, Ebadi dan Akbarzadeh (2007) membuktikan bahwa terdapat hubungan antrara pemecahan masalah melalui agama terhadap kesehatan dan gangguan psikologis. Hubungan yang dimaksud adalah peran agama dalam mencegah dan mengurangi emosi dan gangguan psikologis.

Melihat perdebatan akademik tentang upaya integrasi antara pendekatan agama dengan pendekatan psikologi dalam kehidupan manusia. Bagaimana dengan posisi psikoterapi Islam sendiri sebagai bentuk psikoterapi yang mengintegrasikan antara pendekatan agama dengan psikologi. Kajian literatur studi ini, berupaya untuk memberikan penjelasan bagimana posisi psikoterapi Islam dalam tinjauan ilmu psikologi. Sehingga dapat diterima menjadi sebuah pendekatan psikoterapi bagi kesehatan jiwa manusia.

Psikoterapi Islam dalam perspektif psikologi Islam didefinisikan sebagai teknik pencegahan dan pengobatan gangguan kejiwaan yang berasal dari permasalahan kehidupan manusia dengan menggunakan kombinasi pendekatan keagamaan dan pendekatan psikologi dalam perspektif agama Islam yang dapat diterapkan sendiri ataupun oleh seorang psikoterapis kepada klien (Reza, 2016).

Berdasarkan asumsi pembahasan di atas, artikel ini menjadi penting untuk dibahas dan dikaji. Membuktikan bahwa psikoterapi Islam memiliki dasar pijakan teori secara ilmiah dan sudah selayaknya di implementasikan secara praktik dalam upaya mengatasi gangguan kejiwaan pada manusia. Maka kajian literaur ini akan menjawab bagaimana dasar penerapan psikoterapi Islam, tujuan penerapan psikoterapi Islam serta bagaimana metode

psikoterapi Islam dalam upaya mengatasi gangguan kejiwaan pada manusia.

Dasar Penerapan Psikoterapi Islam

Apa yang menjadi dasar dalam upaya menerapkan psikoterapi Islam sebagai salah satu sarana untuk mengatasi gangguan kejiwaan pada manusia. Terdapat beberapa dasar penerapan psikoterapi Islam diantaranya adalah Al-Qur'an, hadis dan pengalaman manusia.

1. Al-Qur'an

Kenapa Al-Qur'an menjadi dasar penerapan psikoterapi Islam. Hal ini dikarenakan Al-Qur'an menjadi salah satu sumber primer referensi pengembangan psikologi Islam. Sehingga ketika mengkaji suatu tema psikologi dalam perspektif psikologi Islam. Maka perlu dirujuk kembali sumber primer dalam psikologi Islam. Al-Qur'an sebagai dasar penerapan pertama psikoterapi Islam sebagaimana terdapat dalam Al-Qur'an surah Yunus [10] ayat 57 yang artinya:

> *"Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."* (Taufiq, n.d.)

2. Hadis

Selanjutnya, dasar kedua dalam penerapan psikoterapi Islam adalah bersumber dari hadis. Terdapat beberapa hadis Rasulullah Saw yang menjadi dasar penerapan psikoterapi Islam menjadi sebuah metode psikoterapi Islam. Seperti terdapat dalam hadis Nabi Muhammad Saw: *Dari Jabir ra dari Rasulullah Saw bersabda : Setiap penyakit itu ada obatnya, Apabila ditemukan obat yang tepat*

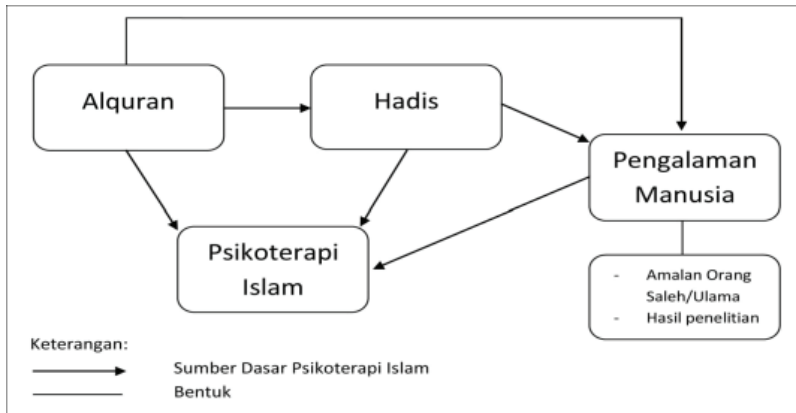
untuk suatu penyakit, maka akan sembuh penyakit itu dengan izin Allah (Muslim bin Hajjaj, n.d.).

Penyakit yang diderita oleh individu dalam perspektif Islam pasti ada obatnya. Begitupun individu yang mengalami gangguan kejiwaan pasti dapat diobati melalui psikoterapi Islam. Selanjutnya dalam hadis Rasulullah Saw, Artinya: *Dari Abu Hurairah ra dari Rasulullah Saw bersabda: Tidak diturunkan suatu penyakit kecuali diturunkan juga kesembuhannya (obatnya)* (Al-Bukhari, 1998). Landasasan penerapan psikoterapi berlandaskan selanjutnya sebagaimana terdapat dalam hadis Rasulullah Saw, artinya: *Dari Abdillah, beliau berkata, Rasulullah saw. bersabda: perhatikanlah dua obat penawar ini, yaitu madu dan al-Qur'ân* (Ibn Majah, 1998).

3. Pengalaman Manusia

Selain berasal dari Al-Qur'an dan hadis. Dasar penerapan psikoterapi Islam terdapat sumber lain yaitu pengalaman manusia. Adapun yang dimaksud pengalaman manusia disini adalah amalan-amalan berupa zikir ataupun serangkaian praktik psikoterapi Islam yang biasa diamalkan oleh orang-orang saleh ataupun ulama. Tentunya dalam mengikuti pengalaman manusia ini. Harus berpedoman dengan Al-Qur'an dan hadis, tidak ada pertentangan diantaranya.

Ketiga dasar penerapan psikoterapi Islam, seyogyanya merupakan tiga rangkaian yang saling melengkapi dan saling mendukung satu sama lainnya. Al-Qur'an dapat dikatakan menjadi sumber rujukan utama sebagai dasar penerapan psikoterapi Islam. Begitupun hadis juga merupakan sumber dasar penerapan psikoterapi Islam yang dapat mendukung apa yang telah terdapat di dalam Al-Qur'an.

Sedangkan pengalaman manusia saleh dan ulama merupakan upaya dan usaha yang dilakukan manusia-manusia pilihan dalam upaya menafsirkan apa yang terdapat di dalam Al-Qur'an dan hadis. Serta berupa sesuatu yang belum secara kontekstual dipahami terhadap apa yang ada di dalam Al-Qur'an dan hadis. Antara Al-Qur'an, hadis dan pengalaman manusia tidak menjadikannya sebuah pertentangan. Jikapun menjadi sebuah pertentangan, maka yang harus dikoreksi adalah bagaimana upaya menafsirkan sumber utamanya yaitu Al-Qur'an. Untuk memperjelas posisi dasar penerapan psikoterapi Islam dapat dilihat pada bagan 1 di bawah ini:

Bagan 1. *Dasar Penerapan Psikoterapi Islam*

Tujuan Penerapan Psikoterapi Islam

Sebagai pendekatan psikoterapi dalam mengatasi gangguan kejiwaan manusia. Psikoterapi Islam memiliki tiga tujuan dalam penerapannya sebagai bentuk intervensi psikoterapi yang mengintegrasikan antara pendekatan agama dengan pendekatan psikologi (Reza, 2016). Adapaun tujuan dari penerapan psikoterapi Islam diantaranya:

1. Tujuan Preventif Psikoterapi Islam

Tujuan penerapan psikoterapi Islam yang pertama adalah bertujuan preventif. Tujuan preventif dalam psikoterapi Islam maksudnya adalah bertujuan untuk mencegah terjadinya masalah gangguan kejiwaan yang berasal dari permasalahan kehidupan manusia, yang meliputi aspek afektif, kognitif dan psikomotorik. Sehingga individu tersebut memiliki pertahanan diri yang baik.

2. Tujuan Kuratif Psikoterapi Islam

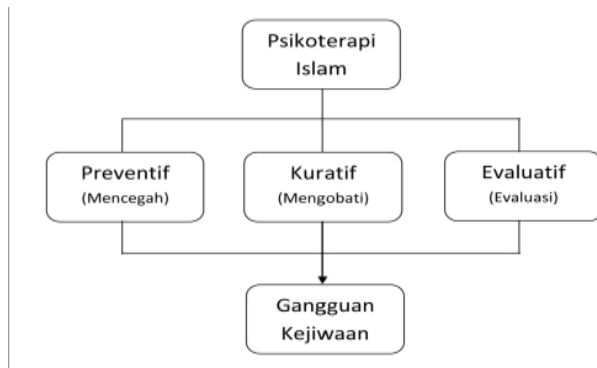
Tujuan penerapan psikoterapi Islam yang kedua adalah bertujuan kuratif. Tujuan kuratif dalam psikoterapi Islam maksudnya adalah bertujuan untuk mengobati atau menyembuhkan masalah gangguan kejiwaan yang berasal dari permasalahan kehidupan manusia, yang meliputi aspek afektif, kognitif dan psikomotorik pada individu manusia.

3. Tujuan Evaluatif Psikoterapi Islam

Tujuan psikoterapi Islam selanjutnya adalah bertujuan evaluatif. Tujuan evaluatif dalam psikoterapi Islam maksudnya adalah pengawasan dan penilaian tingkat kemajuan yang dilakukan dari penerapan psikoterapi Islam yang bertujuan untuk mengobati atau menyembuhkan mengatasi masalah gangguan kejiwaan yang berasal dari permasalahan kehidupan manusia, yang meliputi aspek afektif, kognitif dan psikomotorik pada individu manusia.

Ketiga tujuan psikoterapi Islam yaitu bertujuan preventif (mencegah), kuratif (mengobati) dan evaluatif (evaluasi). Merupakan tiga rangkaian tujuan yang saling melengkapi satu sama lainnya. Ketika seseorang menerapkan metode psikoterapi Islam (akan di jelaskan pada sub berikutnya) agar terhindar dari

gangguan kejiwaan. Berarti psikoterapi Islam yang dilakukan merupakan bentuk pencegahan yang bertujuan preventif agar terhindar dari gangguan kejiwaan.

Akan tetapi jika seseorang sudah terindikasi mengalami gangguan kejiwaan. Maka langkah untuk pengobatan sudah masuk ke ranah tujuan kuratif. Mengobati gangguan kejiwaan dengan metode psikoterapi Islam. Akan tetapi, baik tujuan preventif dan tujuan kuratif. Tetap harus di evaluasi apakah telah memiliki dampak sebagai pencegah dan penyembuhan / pengobatan terhadap gangguan kejiwaan pada manusia. Maka psikoterapi Islam tersebut telah memasuki ranah tujuan evaluatif. Untuk memudahkan memahami tujuan psikoterapi Islam dalam mengatasi gangguan kejiwaan pada manusia dapat dilihat pada bagan 2 di bawah ini

Bagan 2. *Tujuan Psikoterapi Islam*

Bentuk Metode Psikoterapi Islam

Metode psikoterapi Islam yang dimaksud adalah berupa bentuk metode yang diterapkan dalam psikoterapi Islam. Dalam penerapannya, setiap bentuk metode psikoterapi Islam memiliki

keterkaitan satu sama lainnya. Dalam artian bahwa satu bentuk metode psikoterapi Islam, dapat dikombinasikan dengan bentuk psikoterapi Islam lainnya.

Bahkan dalam penerapannya, psikoterapi Islam dapat dilakukan secara berurutan maupun secara bersamaan. Penerapan metode psikoterapi Islam dapat juga bersinergi dengan metode psikoterapi konvensional yang tidak bertentangan dengan norma dan nilai Islam. Penentuan psikoterapi Islam, berdasarkan analisa terhadap beberapa karya para pemerhati psikoterapi Islam terdahulu dan berdasarkan hasil pengkajian (Reza, 2016).

1. Psikoterapi Melalui Iman

Psikoterapi melalui iman adalah bentuk metode dalam psikoterapi Islam dengan cara menerima apa yang telah menimpa dirinya dan meyakini bahwa akan ada pertolongan dari Allah Swt. Asumsi meyakini bahwa terdapat pertolongan dari Allah, dikarenakan apa yang dialami individu baik peristiwa baik maupun buruk, sesungguhnya sudah sesuai dengan kadar kemampuan dari individu manusia masing-masing. Sebagaimana penjelasannya terdapat dalam Al-Qur'an surah al-Baqarah [2] ayat 286 yang artinya: *Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya...* (Taufiq, n.d.).

Individu yang mengalami gangguan kejiwaan yang berasal dari permasalahan kehidupan manusia. Jika memunculkan keimanan dalam hati dan diaplikasikan melalui perbuatan. Maka Allah Swt akan memberikan petunjuk baginya untuk mengatasi permasalahan yang dialami. Sebagaimana terdapat dalam Al-Qur'an surah at-Tagabun [64] ayat 11 yang artinya:

> *"Tidak ada suatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan ijin Allah; dan Barangsiapa yang beriman kepada Allah*

niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. dan Allah Maha mengetahui segala sesuatu." (Taufiq, n.d.).

Metode psikoterapi melalui iman sebagai bentuk metode psikoterapi yang begitu baik untuk kesehatan jiwa. Sebagaimana terdapat dalam Al-Qur'an surah al-Ra'd [13] ayat 28 yang artinya:

"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram." (Taufiq, n.d.).

Dalam menerapkan psikoterapi melalui iman. Hal yang paling mendasar adalah rasa percaya dan yakin terhadap kekuasaan dan kehendak Allah Swt. Harus memiliki dua hal tersebut yaitu percaya dan yakin. Tidak boleh ada rasa ketidakpercayaan apalagi membandingkan dengan kekuatan lain selain hanya meminta dan memohon kepada Allah Swt. Sebagaimana terdapat dalam surah al-An'am [6] ayat 82 yang artinya:

"Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), mereka Itulah yang mendapat keamanan dan mereka itu adalah orang-orang yang mendapat petunjuk." (Taufiq, n.d.).

2. Psikoterapi Melalui Ibadah

Psikoterapi melalui ibadah adalah bentuk metode dalam psikoterapi Islam dengan cara melaksanakan ibadah yang terdapat dalam agama Islam. Ritual ibadah yang dimaksud bersifat hubungan kepada kepada Allah Swt semata seperti salat, zikir, puasa atau ibadah kepada Allah lainnya. Serta ritual ibadah yang bersifat hubungan terhadap Allah Swt dan hubungan sesama manusia seperti kesabaran.

Dasar penerapan psikoterapi Islam banyak dijelaskan di dalam Al-Qur'an dan juga banyak penelitian yang membuktikan

bahwa ritual ibadah yang dijalankan bermanfaat bagi kesehatan manusia. Ritual ibadah yang dijalankan seseorang, bahkan memiliki manfaat yang holistik bagi kehidupan manusia. Ritual ibadah bermanfaat untuk fisik , psikis, sosial dan spiritual.

Bentuk psikoterapi melalui ibadah merupakan bentuk psikoterapi Islam yang memiliki empat domain yaitu keyakinan, pemahaman, penghayatan serta pengamalan. Domain keyakinan dalam psikoterapi melalui ibadah maksudnya adalah individu yang menerapkan psikoterapi Islam harus memiliki keyakinan atas bantuan dan penyembuhan dari Allah Swt atas permasalahan psikologis yang dialami. Domain pemahaman dalam psikoterapi melalui ibadah maksudnya adalah individu yang menerapkan psikoterapi Islam harus memiliki pemahaman berupa pengetahuan serta memahami makna ibadah yang dilaksanakan sebagai bentuk psikoterapi Islam.

Domain penghayatan dalam psikoterapi melalui ibadah maksudnya adalah individu yang menerapkan psikoterapi Islam harus memiliki penghayatan yang mendalam berupa merasakan kehadiran antara pikiran, hati dan perilaku terhadap ibadah yang dilaksanakan sebagai bentuk psikoterapi Islam. Domain pengamalan dalam psikoterapi melalui ibadah maksudnya adalah individu yang menerapkan psikoterapi Islam harus mengamalkan ibadah dalam artian mengerjakan serangkaian ritual ibadah dalam perspektif Islam dengan dilengkapi tiga domain yang telah ada.

Sehingga dapat diartikan bahwa agar psikoterapi melalui ibadah efektif, maka harus disertai empat domain yang ada yaitu domain yaitu keyakinan, pemahaman, penghayatan serta pengamalan. Karena jika hanya berupa pengamalan saja tanpa adanya salah satu ataupun diantaranya maka psikoterapi melalui

ibadah kurang efisien sebagai bentuk psikoterapi dalam mengatasi permasalahan psikologis manusia.

3. Psikoterapi Melalui *Ruqyah*

Psikoterapi *ruqyah* adalah bentuk psikoterapi Islam yang penerapannya menggunakan bacaan-bacaan ayat suci Al-Qur'an dan beberapa sentuhan tangan serta tiupan yang dapat dilakukan secara mandiri oleh diri sendiri dan dapat juga diterapkan oleh psikoterapis kepada klien yang membutuhkan bertujuan untuk mengatasi masalah gangguan kejiwaan yang dialami manusia.

Menurut Assegaf (2008) *ruqyah* adalah metode pengobatan yang sangat bermanfaat mengobati penyakit hati. Adapun untuk penyakit fisik, para ahli kedokteran Nabi juga menggunakan obat-obat yang berupa makanan, minuman, pijatan, bekam, dan lain-lain, di samping doa-doa tertentu sebagai mana yang diajarkan Rasulullah saw.

Psikoterapi melalui *ruqyah* memiliki dasar penerapannya yang berasal dari Al-Qur'an dan hadis. Dasar penerapan *ruqyah* dalam Al-Qur'an terdapat di dalam Al-Qur'an surah al-Isra' [17] ayat 82 yang artinya:

> *"Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian."* (Taufiq, n.d.).

Terdapat juga di dalam Al-Qur›an surah Yunus [10] ayat 57 yang artinya:

> *"Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."* (Taufiq, n.d.).

Juga terdapat di dalam Al-Qur'an surah Fushshilat [41] ayat 44 yang artinya:

> *" ... Katakanlah Al Quran itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang mukmin ..."* (Taufiq, n.d.).

Dasar penerapan *ruqyah* dalam hadis, sebagaimana terdapat banyak riwayat yang membuktikan bahwa Nabi saw melakukan *ruqyah*. lainya. Misalnya dengan *al-Mu'awwidzatain*. Diriwayat oleh 'Aisyah ra: *Nabi saw. ketika sakit beliau- meniupkan buat diri beliau dengan bacaan-bacaan yang mengandung permohonan perlindungan dan ketika keadaan beliau sudah berat, maka aku yang membacanya sambil meniupkan untuk beliau dan aku mengusap dengan tangan beliau, karena keberkahannya* (al-Bukhari, 2001).

Sahabat-sahabat nabi Muhammad saw. Dikenal melakukan *ruqyah* dengan ayat-ayat Al-Qur'an atau doa-doa yang diajarkan Nabi Muhammad saw. Bahkan QS. Al-Fatihah [1] adalah *ruqyah* sesuai dengan penamaanya oleh Rasulullah saw. sebagai *ruqyah.* Diriwayatkan bahwa serombongan sahabat Nabi saw. berkunjung ke suatu lokasi di mana kepala kampung lokasi tersebut sedang tesengat binatang berbisa. Salah seorang sahabat Nabi saw. yang bertempat tinggal di pegunungan meruqyah dengan membaca surah Al-Fatihah dan ternyata yang menderita itu sembuh. Ketika hal ini dilaporkan kepada nabi saw. beliau antara lain berkata :*"dari mana engkau tau kalau Al-Fatihah itu ruqyah?",* penghuni gunung itu menjawab" *saya mengetahui itu melalui sesuatu yang terlintas dalam benakku* (al-Qazwaini, 2010).

Dalam riwayat lain dinyatakan bahwa Nabi Muhammad Saw meruqyah cucunya al-Hasan dan al-Husain ra dengan kalimat-kalimat serupa. Riwayat lain menyatakan bahwa nabi memohonkan perlindungan untuk sebagian keluarganya, sebagaimana hadis yang diriwayatkan Imam al-Bukhari :

"Rasulullah saw. memohonkan perlindungan untuk sebagian keluarga beliau dengan ucapan: Allahuma Rabb al-nas, Adzhib al-ba's, Anta asy-syafi la Syifâ' illa syifâ'uka, syifâ' la yughodiru saqama, ya Allah pemelihara manusia, jauhkanlah gangguan, Engkaulah penyembuh, tiada penyembuhan kecuali penyembuhan-Mu penyembuhan yang tidak membiarkan lagi adanya penyakit dan keperihan." (al-Bukhari, 2001).

Ketiga bentuk metode psikoterapi Islam, iman, ibadah dan *ruqyah*. Dapat saling melengkapi. Psikoterapi melalui iman lebih mengedapankan untuk merubah pola pikir dan keyakinan yang ada pada diri manusia yang cenderung mengalami gangguan kejiwaan. Psikoterapi ibadah dan psikoterapi *ruqyah* berupa penerapan langsung yang mengkombinasikan antara pikiran, perasaan dan perbuatan.

Implementasi Psikoterapi Islam

Dimuka telah dijelaskan bentuk metode psikoterapi Islam. Bagaimana cara mengimplementasikannya sebagai bentuk intervensi psikoterapi dalam perspektif psikologi Islam. Terdapat dua cara dalam mengimplementasikan metode psikoterapi Islam (Reza, 2016). Pertama, *Islamic self psychotherapy* (ISP). Bentuk psikoterapi Islam yang dapat diterapkan sendiri oleh individu seperti psikoterapi melalui iman, psikoterapi melalui ibadah dan psikoterapi melalui *ruqyah*. Melalui *Islamic self psychotherapy* ini dapat berfungsi sebagai terapi diri sendiri jika individu telah memahami dan memaknai tata cara psikoterapi Islam itu sendiri sebagai pencegahan (preventif) dari masalah gangguan kejiwaan yang berasal dari permasalahan kehidupan manusia.

Jika individu yang menerapkan *Islamic self psychotherapy* belum mendapatkan hasilnya, atau individu tersebut diharuskan mendapatkan bantuan psikoterapis. Maka, bentuk penerapan

kedua yaitu dibutuhkan bantuan dari psikoterapis dalam menerapkan psikoterapi melalui iman, psikoterapi melalui ibadah dan psikoterapi melalui *ruqyah.*

Dalam penerapan psikoterapi Islam dengan *Islamic self psychotherapy* yang bertujuan sebagai usaha preventif. Tujuan evaluatif lebih kepada pengawasan dan penilaian yang dilakukan oleh diri sendiri. Dalam hal ini, individu manusia perlu melakukan *muhasabah* (introspeksi) terhadap *Islamic self psychotherapy* yang dilakukan. Apakah telah dilakukan dengan baik dan benar. Apakah psikoterapi yang dilakukan telah memenuhi syarat seperti pengetahuan yang cukup, pemahaman, pemaknaan dan penghayatan terhadap psikoterapi yang dilaksanakan, serta apakah psikoterapi telah dilakukan dengan kesungguhan. *Muhasabah* dalam *Islamic self psychotherapy* sangat penting sebagai evaluasi terhadap proses pertahanan diri agar mencegah dari masalah gangguan kejiwaan yang berasal dari permasalahan kehidupan manusia.

Pada penerapan praktik psikoterapi Islam yang bertujuan sebagai kuratif. Maka tujuan evaluatif adalah mengawasi dan melakukan penilaian apakah penerapan teori dan praktik psikoterapi yang telah dilakukan antara psikoterapis dan klien memberikan hasil kemajuan yang baik untuk perubahan masalah gangguan kejiwaan yang berasal dari permasalahan kehidupan yang dialami oleh klien. Tujuan evaluatif dalam proses pengobatan ataupun penyembuhan (kuratif) harus berdasarkan kerjasama yang baik antara psikoterapis dan klien.

Psikoterapis berusaha memahami apa yang dialami oleh klien dan memberikan metode pengobatan yang tepat sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh klien. Sedangkan klien dalam menjalankan proses psikoterapi harus bersifat kooperatif dalam

pelaksanaanya. Klien memberikan informasi yang tepat dan benar sesuai dengan apa yang dialami oleh klien. Sehingga proses psikoterapi dapat berjalan baik. Dalam proses kuratif, tujuan evaluatif bukan hanya dilakukan pasca pemberian psikoterapi saja, tetapi selama proses pemberian psikoterapi, tujuan evaluatif telah dilakukan. Melalui tujuan evaluatif, psikoterapis dapat menganalisa apakah metode psikoterapi yang diberikan kepada klien sudah tepat ataupun ada kekurangan yang harus segera ditambah.

Dalam menerapkan *Islamic self psychotherapy* langkah-langkahnya sebagai berikut:

1. Menganalisa permasalahan yang dialami
2. Melakukan proses psikoterapi Islam
3. Mengevaluasi Proses dan Hasil Psikoterapi Islam

Sedangkan dalam menerapkan Psikoterapi Islam Untuk Pengobatan atau Penyembuhan, langkah-langkahnya sebagai berikut:

1. Membangun Hubungan Dekat Dengan Klien (*Rapport*)
2. Menganalisa Permasalahan Yang Dihadapi Klien
3. Menentukan Tujuan Psikoterapi Islam
4. Melakukan Proses Psikoterapi Islam
5. Mengakhiri dan Mengevaluasi Proses Psikoterapi Islam

Demikianlah penjelasan tentang psikoterapi Islam yang sesungguhnya memiliki dasar pijakan teori secara ilmiah dan sudah selayaknya di implementasikan secara praktik dalam upaya mengatasi gangguan kejiwaan pada manusia. Penjelasan dalam artikel ini, tidak terlalu rinci. Karena ada beberapa penjelasan yang perlu digali kembali oleh pembaca dengan melihat rujukan

lainnya. Sebagian besar penjelasan teori dan penjelasan praktis dalam artikel ini dapat dilihat pada karya peneliti: Reza, I. F. (2016). *Teori dan Praktik Psikoterapi Islam*. Palembang: Noer Fikri Offset. Semoga dengan penjelasan artikel ini dapat memberikan gambaran tetang teori dan praktik dalam psikoterapi Islam sebagai bentuk integrasi antara pendekatan agama dengan psikologi dalam mengatasi gangguan kejiwaan manusia.

Kesimpulan

Artikel ini menyimpulkan bahwa Psikoterapi Islam secara teori dan praktik memiliki dasar penerapan Al-Qur'an, hadis dan berasal dari pengalaman manusia. Sehingga secara teori dan praktik dapat dipertanggung jawabkan. Karena bukan hanya berdasar dari dogma agama, tetapi ada pengalaman manusia berupa hasil penelitian terdahulu yang membuktikan ada hubungan positif antara pendekatan keagamaan dengan kesehatan jiwa manusia.

Psikoterapi Islam bukan hanya bertujuan untuk mengobatai (kuratif), tetapi juga memiliki tujuan pencegahan (preventif). Serta memiliki tujuan evaluasi terhadap penerapan psikoterapi Islam. Psikoterapi Islam memiliki tiga bentuk metode penerapan diantaranya: 1) Metode psikoterapi melalui iman; 2) Psikoterapi melalui ibadah; 3) psikoterapi melalui *ruqyah*. Dalam penerapan metode psikoterapi Islam dapat diterapkan sendiri maupun oleh seorang terapis kepada klien.

Daftar Pustaka

Al-Bukhari. (1998). *Shahih Al-Bukhari* (10th ed.). Al-Qohirah: Dar al-Hadis.

al-Bukhari, I. (2001). *Shahih Al-Bukhari* (7th ed.). Dar Tuq an-Najah.

al-Qazwaini. (2010). *Sunan Ibn Majah*. al-Qahirah: Dar al-Hadis.

Assegaf, M. A. (2008). *Smart healing: Kiat hidup sehat menurut nabi*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.

Freud, S. (1962). *Civilization and its discontentS*. (James Strachey, Ed.). New York: W. W. Norton & Company, Inc.

Freud, S. (2012). *Totem and taboo*. Retrieved from http://www.gutenberg.org /files/41214/41214-h/41214-h.htmof91

Getz, G. E., Fleck, D. E., & Strakowski, S. M. (2001). Frequency and severity of religious delusions in Christian patients with psychosis. *Psychiatry Research, 103*(1), 87–91.

Ibn Majah. (1998). *Sunan Ibn Majah* (3rd ed.). Cairo: Dar al-Hadis.

James, W. (1917). *The Varieties of religious experience a study in human nature*. New Yotk: Longmans, Green, And Co.

Loewenthal, K. (2001). *Religion, culture and mental health*. Cambridge: Cambridge University Press.

Mahmoudi, G., Ebadi, A. G., & Akbarzadeh, H. (2007). Religious Coping and anxiety in Students of Islamic Azad University-Sari Branch. *World Applied Sciences Journal, 2*(4), 363–367.

Muslim bin Hajjaj. (n.d.). *Shahih muslim* (4th ed.). Bairuth: Dar Ihya Al-A'rabi.

Reza, I. F. (2016). *Teori dan praktik psikoterapi Islam*. Palembang: Noer Fikri Offset.

Subandi, M. A. (2013). *Psikologi agama dan kesehatan mental*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Taufiq, M. (n.d.). Quran in word ver 1.3. Taufiq Product.

BAB 15

Terapi Ekspresif dan Terapi Suportif Berbasis Islami untuk Menurunkan Gangguan Cemas Menyeluruh

Nora Devi Irianjani & Faridah Ainur Rohmah
[2]Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
1noradevii@yahoo.com, 2faridahainur@gmail.com

Pendahuluan

Kecemasan adalah perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Ketika merasa cemas, individu merasa tidak nyaman atau takut atau mungkin memiliki firasat akan ditimpa malapetaka padahal ia tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam tersebut terjadi. Dalam Redayani (2010) Neurotransmiter utama terhadap gangguan kecemasan adalah peningkatan *norepinefrin, serotonin,* dan *gamma aminobutyric acid* (GABA). Kecemasan merupakan orientasi subjek mengenai masa depan dan bersifat umum, mengacu pada kondisi ketika individu merasakan kekhawatiran atau kegelisahan, ketegangan dan rasa tidak nyaman yang tidak terkendali mengenai kemungkinan akan terjadi sesuatu yang buruk (Halgin & Whitbourne,

2010). Menurut pendekatan psikoanalisa dalam kasus tertentu kecemasan merupakan suatu sinyal dari kekacauan bawah sadar yang memerlukan pemeriksaan.

Gangguan kecemasan merupakan kondisi yang memberi gambaran penting tentang kecemasan yang berlebihan disertai respon perilaku, emosional, dan fisiologis. Individu yang mengalami gangguan kecemasan dapat memperlihatkan perilaku yang tidak lazim seperti panik tanpa alasan, takut yang tidak beralasan terhadap objek atau kondisi kehidupan, rasa khawatir yang tidak dapat dijelaskan atau berlebihan (Diferiansyah, dkk, 2016). Respon kecemasan yang tidak lazim pada gangguan kecemasan yakni respons kecemasan yang cukup berat sehingga bisa mengganggu kinerja individu, kehidupan keluarga dan gangguan sosial.

Perkiraan prevalensi gangguan kecemasan umum dalam satu tahun dalam rentang 3-8%, sedangkan rasio wanita dan laki-laki adalah kira-kira 2:1 akan tetapi usia onset sukar ditentukan, karena sebagian besar melaporkan bahwa mereka mengalami kecemasan selama yang dapat mereka ingat. *National Comorbidity Study* melaporkan bahwa satu diantara empat orang memenuhi kriteria untuk sedikitnya satu gangguan cemas, angka prevalensi sebesar 17,7% dalam satu tahun (Kaplan, dkk, 2010).

Diferiansyah, dkk (2016) menyebutkan bahwa intervensi untuk orang dengan gangguan cemas menyeluruh, yaitu meliputi terapi psikofarmakologi dengan pemberian obat golongan *benzodiazepine*, intervensi psikososial, dan psikoterapi. Pada kasus ini jenis intervensi yang digunakan yakni terapi ekspresif dan terapi suportif yang merupakan bagian dari psikoterapi. Salah satu jenis terapi ekspresif adalah *art therapy* yang melibatkan individu dalam aktivitas kreatif dalam bentuk penciptaan karya

atau produk seni (Ballou, 1995). *Art therapy* juga merupakan intervensi yang dapat digunakan untuk membuat individu merasa aman dan tidak mengalami keraguan dalam mengekspresikan hal-hal yang dialami melalui media seni, situasi dalam *art therapy* memunculkan perasaan aman, sehingga klien bebas berekspresi dan mengungkapkan perasaan dan pemikirannya (Hogan & Coulter, 2014). Dalam *art therapy,* relaksasi dapat dilakukan selama sesi intervensi. Relaksasi pada otot-otot tubuh merupakan teknik yang umum digunakan dalam *art therapy* (Wadeson, 1980). Dilakukannya relaksasi akan mengurangi ketegangan pada otot yang disebabkan perasaan dan pemikiran klien.

Art therapy biasanya digunakan sebagai intervensi psikologi seperti untuk mengatasi kecemasan ataupun trauma pada kasus kekerasan (Malchiodi, 2001). Hasil penelitian yang dilakuan oleh penelitian Nainis dkk. (2006) menyebutkan bahwa gejala kecemasan seperti kelelahan, dapat berkurang berkurangnya gangguan tidur dan denyut jantung cenderung stabil, sehingga partisipan merasakan berkurangnya rasa khawatir dan membuat menjadi tenang. *Art therapy* yang akan diberikan yakni terapi ekspresif dengan menggambar menggunakan *crayon* dan pensil warna. Kekuatan *art therapy* bagi seseorang dapat memfasilitasi kecemasan, mengungkapkan ekspresi diri dan mengeksplorasi diri yang terletak pada proses kreatif dalam *art therapy* (Liebmann, dalam Chambala, 2008). Pembuatan gambar dalam *art therapy* dengan tema tertentu yang berkaitan dengan peristiwa atau kondisi tertentu dapat mempengaruhi emosi dan pikiran (Malchiodi, 2001). Adapun manfaat dari *art therapy* yaitu dapat membantu seseorang untuk menghadapi perasaan emosi yang mengganggu dengan cara memotong mekanisme pertahanan diri (Reynolds, 2012). Selain terapi ekspresif, terapi suportif juga biasa digunakan dalam psikoterapi psikodinamika. Terapi suportif

merupakan psikoterapi yang ditujukan untuk klien baik secara individu maupun secara kelompok yang ingin mengevaluasi diri, melihat kembali cara menjalani hidup, mengeksplorasi pilihan-pilihan yang tersedia bagi individu maupun kelompok dan bertanya kepada diri sendiri hal yang diinginkan di masa depan (Palmer, 2011).

Penggunaan teknik yang sesuai dengan nilai yang dimiliki klien akan memberikan hasil yang lebih baik (Hodge, 2008). Oleh karena itu, sangat diperlukan sebuah terapi yang disesuaikan dengan nilai-nilai yang dianut oleh masyarakat Indonesia, yakni dengan mengadaptasikan nilai-nilai keberagamaan yang dimiliki oleh klien. Namun, hal yang selama ini belum pernah diteliti adalah pemberian psikoterapi untuk orang dengan gangguan cemas menyeluruh yakni terapi ekspresif dan terapi suportif melibatkan unsur spiritualitas. Faktor spiritual adalah faktor penting yang juga memengaruhi proses penyembuhan dan intervensi psikologis. Dilihat dari *World Health Organization* (WHO) (Hawari, 2012) yang menyatakan bahwa kesehatan manusia seutuhnya ditunjukkan oleh empat hal, yaitu sehat secara biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Spiritual merupakan faktor yang memiliki peran yang cukup penting bahwa proses intervensi terhadap klien yang mempertimbangkan keyakinan agama yang dianut menjadi penting untuk menghindari resistensi apabila proses yang dilakukan dirasakan klien sebagai suatu hal yang berbeda dengan aturan agama yang diyakininya.

Beberapa penelitian yang menggunakan terapi medis dan psikologis berbasis keIslaman juga telah dilakukan, antara lain penelitian yang dilakukan oleh Sholeh (2006) tentang terapi sholat tahajud untuk menyembuhkan berbagai penyakit. Purwanto (2006) tentang pelatihan relaksasi religiusitas untuk

mengurangi insomnia. Penelitian-penelitian tersebut hasilnya membuktikan bahwa terapi psikologis berdasar keIslaman dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah psikologis. Penelitian Trimulyaningsih (2009) tentang terapi kognitif perilaku religius untuk menangani depresi dan penelitian. Saleh (2010) yang menjelaskan bahwa berzikir dapat menyehatkan saraf, penelitian Berdasarkan teori-teori dan penelitian-penelitian yang telah diuraikan, maka hipotesis yang diajukan adalah: Ada pengaruh pemberian terapi ekspresif dan terapi suportif berbasis Islami terhadap penurunan gangguan cemas menyeluruh.

Kasus

Berdasarkan asesmen yang dilakukan, Subjek seorang mahasiswa berusia 21 tahun, mengeluhkan sering merasa cemas yang berlebih dalam mengutarakan dan melakukan sesuatu, serta subjek memiliki kecemasan terhadap teman-teman. Hal tersebut berdampak dalam keseharian subjek seperti saat bangun tidur detak jantung menjadi cepat, tidak bisa tidur tenang, bahkan subjek yang biasanya tidur siang menjadi tidak bisa serta kesulitan untuk fokus, subjek tidak bahagia ketika melakukan sesuatu yang membahagiakan bagi orang lain, seperti jalan-jalan, berbelanja, dan tertawa, karena subjek terlalu memikirkan masalah-masalah yang dihadapi seperti permasalahan proses ta'aruf yang sedang dijalani dan merasa sendiri menghadapi masalah. Ketika melakukan introspeksi diri subjek merasa kepalanya semakin sakit. Oleh karena itu, sebanyak dua kali subjek memeriksakan kondisinya ke dokter kemudian mendapatkan hasil diagnosa yakni pertama *migrain cluster* dan yang kedua TTH (*tension type headache*). Akibatnya, selama seminggu subjek harus istirahat dan tidak banyak bertemu dengan orang-orang. Adapun perasaan tersebut ditemukan sebagian waktu selama kurang lebih 6 bulan

lalu. Berdasarkan asesmen yang telah dilakukan, diagnosa yang didapat pada subjek adalah gangguan cemas menyeluruh. Subjek diterapi dengan psikoterapi berupa terapi ekspresif dan terapi suportif berbasis Islami.

Prosedur Intervensi

Secara umum, prosedur meliputi tahap penyampaian hasil asesmen dan teknik intervensi yang akan diberikan. Prosedur intervensi pada sesi I yakni terapi ekspresif terdiri dari dua tugas, yang pertama menggambar kelopak bunga seimbang antara kiri dan kanan dengan menuliskan kelebihan dan kekurangan diri subjek pada kelopak-kelopak bunga, tugas kedua menggambar sebuah sungai "kehidupan" yang menggambarkan dan menguraikan perjalanan kehidupan dan selanjutnya dalam prosesnya diberikan relaksasi dzikir. Pada sesi II yakni terapi suportif terdiri dari memberikan dorongan dengan nilai-nilai agama yang diyakini seperti prasangka baik tentang kehidupan, menerima keputusan Allah SWT dan dapat mengambil hikmah disetiap peristiwa kehidupan serta atas keputusan Allah SWT.

Tabel 1. *Prosedur pemberian intervensi*

Hari	Sesi	Bentuk Kegiatan	Waktu	Tujuan
Jumat, 10 Mei 2019	Sesi I	Terapi ekspresif	120 menit	1. Mengidentifikasi situasi, pikiran dan perasaan yang disebabkan oleh masa lalu yang dialami subjek dan membantu mengungkapkannya melalui *image visual* 2. Memfasilitasi subjek agar dapat mene-mukan kelebihan dan kekurangan yang dimiliki

Hari	Sesi	Bentuk Kegiatan	Waktu	Tujuan
				3. Memiliki kesadaran agar banyak bergan- tung dan menyerahkan kehidupan ke Allah SWT
Kamis, 16 Mei 2019	Sesi II	Terapi Suportif	60 menit	1. Mendorong agar semua hal dikemba- likan kepada Allah SWT, termasuk cemas tentang masa depan, sehingga memiliki prasangka yang baik tentang kehidupan. 2. Mengambil hikmah dari setiap keadaan terutama kegagalan , bahwa hal tersebut sudah diatur oleh Allah SWT. 3. Mendorong untuk men- gembangkan potensi yang dimiliki

Pembahasan

Hasil yang didapatkan sesuai dengan kriteria diagnostik gangguan cemas menyeluruh dalam PPDGI III. Gangguan cemas menyeluruh (*Generalized Anxiety Disorder*, GAD) merupakan kondisi gangguan yang ditandai dengan kecemasan dan kekhawatiran yang berlebihan dan tidak rasional bahkan terkadang tidak realistik terhadap berbagai peristiwa kehidupan sehari-hari. Kondisi ini dialami oleh subjek hampir sepanjang hari dan berlangsung sekurang-kurangnya selama 6 bulan. Kecemasan yang dirasakan sulit untuk dikendalikan dan berhubungan dengan gejala-gejala somatik seperti ketegangan otot, iritabilitas, kesulitan

tidur, dan kegelisahan sehingga menyebabkan penderitaan yang jelas dan gangguan yang bermakna dalam fungsi sosial dan pekerjaan (Kaplan, dkk, 2010).

Gangguan cemas menyeluruh memiliki tiga kriteria dengan kriteria pertama yaitu kecemasan tentang masa depan berupa ketakutan akan akan hal buruk terjadi di masa depan seperti pernikahan dan kehidupan akan berjalan buruk akibat masa lalu orang tua subjek hampir *divorce* ketika subjek masih kecil. Kriteria kedua yakni ketegangan motorik berupa mudah lelah dan tidak dapat rileks, keringat berlebihan dan sakit kepala yang amat sangat jika dihadapkan dengan sesuatu yang membuat subjek panik dan kriteria ketiga overaktivitas otonomik berupa subjek sering gelisah dan gemetaran, merasakan jantung berdebar yang amat sangat ketika sedang dilanda cemas dan panik, subjek mudah cemas dan panik dalam banyak situasi membuat subjek menggerak-gerakkan tangannya dan tak jarang menjadi pusing, seperti saat bertemu dengan teman yang memiliki wajah yang mirip dengan mantan calon pasangan ta'aruf, saat berbicara di depan umum maupun ketika subjek sedang berkumpul bersama teman-temannya. Gejala ini berlangsung hampir setiap hari selama beberapa minggu. Beberapa kategori tersebut masuk ke dalam kriteria diagnostik gangguan cemas menyeluruh menurut PPDGJ III.

Berdasarkan sudut pandang psikoanalisa, timbulnya gangguan kecemasan ditekankan pada konflik yang tidak disadari dihubungkan dengan ketakutan dan kekhawatiran (Kring, Johnson, Davidson, & Neale, 2012). Asumsi utama paradigma psikoanalisa, yang dikembangkan oleh Sigmund Freud, adalah bahwa psikopatologi diakibatkan oleh konflik-konflik yang tidak disadari dalam diri individu (Kring, Johnson, Davidson, & Neale,

2012). Hal ini didukung oleh pendapat yang dikemukakan oleh Kaplan (2010), pendekatan psikoanalisa berorientasi pada lima tahun pertama kelahiran individu, riwayat yang menekankan bagaimana masa lalu mempengaruhi individu di masa sekarang, riwayat keluarga, ketidaksesuaian antara *id-ego-superego*, *defense-defense* dan konflik serta gangguan di sekitar objek internal. Pengalaman tersebut berupa kondisi subjek yang sejak kecil, memiliki keinginan untuk mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua, namun hal tersebut tidak mampu diterimanya karena orang tua yang sibuk bekerja sehingga subjek lebih banyak diasuh oleh kakek, nenek dan pengasuh. Konflik antara *id* dan *superego* pada subjek, dengan mekanisme pertahanan diri yang digunakan dalam penyelesaian konflik dengan cara yang tidak efektif yaitu represi. Selain itu, adanya pertentangan dalam diri subjek berkaitan dengan *id* dan *superego* yang dimiliki, namun pada akhirnya didominasi oleh peran *id*. Berdasarkan kondisi tersebut, subjek semakin melakukan *repress*, sehingga cenderung menarik diri (*withdrawl*) dari lingkungan dan mengalihkan kepada kegiatan lain (*compentation*) yang membuatnya tidak memikirkan atau mengurangi kecemasan atas permasalahan yang dihadapi.

Hasil analisis kualitatif dari intervensi yang dilakukan bahwa terapi ekspresif dan terapi suportif berbasis Islami dapat menurunkan tingkat kecemasan untuk orang dengan gangguan cemas menyeluruh. Pada sesi terapi ekspresif, ketika subjek menggambarkan sungai kehidupan subjek awalnya mengalami kecemasan terhadap masa depan studi dan pernikahan, namun setelah terapi subjek merasa lebih lega karena telah mengekspresikan tekanan yang selama ini dipendam serta keyakinan bahwa Allah SWT memberi ujian seperti ketika menaiki tangga, yang artinya ujian terus naik level serta subjek menyadari untuk tidak terlalu berharap kepada manusia yang

biasanya berakhir dengan kekecewaan sehingga subjek memiliki kesadaran agar banyak bergantung dan menyerahkan kehidupan kepada Allah SWT. Sehingga subjek dapat merancang *action plan* untuk menghadapi masa depan, hal tersebut juga membuat keluhan fisik pada subjek juga berkurang. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nainis (2008) menambahkan bahwa *art therapy* dapat memunculkan pikiran positif karena berkurangnya keluhan fisik. Selain itu, terdapat pemberian relaksasi dzikir dalam proses terapi ekspresif. Setelah relaksasi, klien merasa tenang dan dapat menjalani intervensi secara maksimal. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Benson (2000) bahwa respon relaksasi yang melibatkan keyakinan yang dianut akan mempercepat terjadinya keadaan rileks. Dengan kata lain, kombinasi respons relaksasi dengan melibatkan keyakinan akan melipatgandakan manfaat yang didapat dari respon relaksasi itu sendiri. Sungkan (Purwanto, 2006), dzikir sebagai salah satu bentuk ibadah dalam agama Islam merupakan relaksasi religius, dengan mengucapkan lafadz Allah SWT secara terus menerus dengan pelan dan ritmis akan dapat menimbulkan respon relaksasi. Pengulangan *lafadz* tersebut disertai keyakinan terhadap kasih sayang-Nya, perlindungan-Nya dan sifat-sifat baik-Nya yang lain akan menimbulkan rasa tenang dan aman.

Faktor pendukung dalam pelaksanaan serta keberhasilan intervensi disebabkan oleh kesungguhan, motivasi dan kooperatif subjek ketika mengikuti terapi. Subjek memperoleh manfaat langsung, seperti rasa nyeri berkurang, badan terasa lebih santai, otot-otot menjadi relaks, tidur lebih berkualitas, nafsu makan meningkat, tidak mudah tersinggung, mengelola emosi dengan baik, pikiran lebih tenang, pusing berkurang dan bersemangat. Hal ini seperti yang diungkapkan McNeil dan Lawrence (2002)

bahwa relaksasi merupakan metode atau teknik yang digunakan untuk membantu manusia belajar mengurangi atau mengontrol reaktivitas fisiologis yang menimbulkan masalah bagi dirinya. Secara biopsikologi, zikir akan membuat seseorang merasa tenang sehingga menekan kerja sistem syaraf simpatetis dan mengaktifkan kerja syaraf parasimpatetis (Saleh, 2010).

Pada sesi terapi suportif, subjek yang sebelumnya memiliki perasaan cemas yang berlebih tentang masa depan terkait studi dan pernikahan. Setelah proses terapi suportif subjek menjadi memiliki harapan serta rencana-rencana untuk mencapai harapannya. Selain itu untuk tawakkal terhadap usaha-usaha untuk mencapai harapan, tawakkal berarti memasrahkan segala urusan duniawi kepada Allah SWT, menurut KKBI (Depdiknas, 2002) tawakal berarti jika segala usaha sudah dilakukan maka harus menyerahkan diri kepada Allah SWT . Aplikasi pada subjek seperti mengikuti perkuliahan dengan rajin, mengikuti program-program yang menjadi prasyarat untuk lulus kuliah tepat waktu seperti praktikum, KKN (Kuliah Kerja Nyata), TPS (Teknik Penyusunan Skripsi), dan skripsi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil intervensi yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terapi ekspresif dan terapi suportif berbasis Islami dapat menurunkan tingkat kecemasan untuk orang dengan gangguan cemas menyeluruh. Hasil intervensi terdapat penurunan pada 3 kriteria, kriteria pertama yakni kecemasan tentang masa depan subjek menjadi lebih optimis tentang masa depan dengan membuat rencana-rencana terkait masa depan dan pikiran lebih tenang, kriteria kedua yakni ketegangan motorik, subjek mengalami perubahan seperti otot-

otot menjadi lebih rileks, sakit kepala yang berkurang, kriteria ketiga yakni overaktivitas otonomik, perubahan positif yang subjek alami seperti tidur lebih berkualitas, dan dapat mengelola kecemasan yang berlebih.

Daftar Pustaka

Ballou, M. (1995). *Psychologycal interventions : A guide to strategies.* Westport, CT: Praeger Publishers.

Chambala, A. (2008). Anxiety and art therapy: treatment in the public eye.

Jounal of Art Therapy Assocation vol 25(4): 187-189

Diferiansyah, O., Septa, T., & Lisiswanti, R. (2016). Gangguan cemas menyeluruh. *Jurnal Medula Unila, 5*(2), 63

Halgin, R, P., & Whitbourne, S.K. (2011). *Psikologi abnormal : Perspektif klinis pada gangguan psikologis.* Jakarta : Salemba Humanika

Hawari, D. (2012). *Riset Alquran & psikologi: Do'a dan dzikir sebagai penyembuhan penyakit.* Diunduh dari http://terapi.dzikrullah.org/pada tanggal 23 Juni 2019

Hodge, D.R. (2008). Moving toward culturally competent practice with muslims: modifying cognitive therapy with Islamic tenets. *Journal of Social Work, 53*(1), 3141.

Hogan, S., & Coulter, A. M. (2014). *The introductory guide to art therapy: Experiential teaching and learning for students and practitioners.* New York, NY: Routledge

Kaplan, H.I., Sadock, J., Grebb, J. A. (2010). *Sinopsis psikiatri jilid 2 terjemahan Widjaja Kusuma.* Jakarta: Binarupa Aksara.

Kring, A. M., Johnson, S.L., Davidson, G., & Neale, J. M., (2012). *Abnormal psychology twelfth edition.* USA: Wiley

Malchiodi, C. A. (2001). *Using drawing as intervention with traumatized children.* Trauma and Loss: Research and Intervention, 1

Maslim, R. (2002). *Pedoman diagnosis gangguan jiwa (PPDGJ III).* Jakarta: Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran.

McNeil, D.W. & Lawrence, S. M. (2002). Relaxation Training. Ensyclopedia of Psychotherapy. American Psyciatric Association.

Nainis, N. A., Paice, J. A., Ratner, J., Wirth, J.H., Lai, J. & Shott, S. (2006). Relieving

symptoms in cancer: innovative use of art therapy. *Journal of Pain and Symptom Management, 31*(2), 162-169

Nainis, N. A. (2008). Approaches to art therapy for cancer inpatients: research and practice considerations. Art Therapy: *Journal of the American Art Therapy Association, 25*(3),115-121

Palmer, Stephen, Ed. (2011). *Introduction To Counselling and Psychoterapy : The Essential Guide (Konseling dan Psikoterapi), diterjemahkan oleh Sage Publication Ltd.* Yogyakarta: Bandung.

Purwanto, S. (2006). Pengaruh Pelatihan Relaksasi Religius Untuk Mengurangi Gangguan Insomnia. Tesis (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gagjah Mada.

Redayani, P. (2010). *Gangguan cemas menyeluruh. Dalam: Buku ajar psikiatri.* Jakarta: FKUI

Reynolds, F. (2012). Art therapy after stroke: Evidence and a need for further research. *The Arts in Psychotherapy, 39*(4), 239–244.

Saleh, A. Y. (2010). *Berdzikir untuk kesehatan syaraf.* Jakarta: Penerbit Zaman.

Sholeh, M. (2006). *Terapi sholat tahajjud : Menyembuhkan berbagai penyakit.* Jakarta: PT Mizan Publika

Trimulyaningsih, N. (2009). *Terapi kognitif perilakuan religius untuk menangani depresi.* Tesis. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Prophetic Parenting Dan Penyimpangan Perilaku Remaja

Yulia Hairina
UIN Antasari, Psikologi Islam, Banjarmasin
yhairina@uin-antasari.ac.id

Pendahuluan

Usia remaja merupakan periode yang kritis dalam siklus perkembangan seseorang sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan biologis, psikologis, dan sosial terjadi pada masa ini. Remaja pada umumnya ingin mencoba banyak hal baru, hal itu dilakukan sebagai jalan membuktikan dirinya sebagai orang dewasa, tidak jarang hal ini yang kemudian membuat remaja mencoba berbagai hal yang berisiko dan bahkan ada kecenderungan ke arah perilaku menyimpang. Perilaku menyimpang adalah perilaku yang kacau menyebabkan seseorang remaja kelihatan gugup (*nervous*) dan berperilaku tidak terkontrol (*uncontrol*). Memang diakui tidak semua remaja berperilaku menyimpang (*behavior disorder*). Seorang remaja mengalami hal ini jika ia tidak tenang (*unhappiness*) dan menyebabkan hilang konsentrasi diri (Kurniati, 2016).

Perilaku menyimpang merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh seorang individu atau kelompok yang mana menunjukkan perilaku tidak sesuai dengan nilai dan norma yang dianut oleh suatu masyarakat tertentu, perilaku ini jika di lakukan oleh remaja maka disebut dengan kenakalan remaja. Remaja merupakan masa dimana id, ego dan superego mengalami persaingan kuat, dan superego berada pada titik bawah, sehingga kenakalan remaja pun rentan dapat terjadi.

Kenakalan remaja di Indonesia akhir-akhir ini semakin meluas diperbincangkan oleh para pakar baik pakar hukum, psikolog, pakar agama dan lain sebagainya. Berikut adalah data peningkatan kenakalan remaja dari Badan Pusat Statistik (BPS), sejak tahun 2015 angka kenakalan remaja di Indonesia mencapai 7762 kasus, tahun 2016 mencapai 8597 kasus, tahun 2017 sebesar 9523 kasus dan tahun 2018 di prediksi sebanyak 10549 kasus. Prediksi tahun 2019 mencapai 11685,90 kasus dan pada tahun 2020 mencapai 12944,47 kasus. Mengalami kenaikan tiap tahunnya sebesar 10,7 %. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) dari 233 juta jiwa penduduk Indonesia, 28,6% atau 63 juta jiwa adalah remaja berusia 10-24 tahun (BPS, 2010). Kasus tersebut terdiri dari berbagai kasus kenakalan remaja di antaranya kasus pencurian, narkoba, pergaulan bebas, pembunuhan dan tindak penyimpangan lainnya yang sering diberitakan di media massa. Hal ini memberikan gambaran bahwa karakter remaja di Indonesia semakin merosot dan semakin memprihatinkan.

Penyimpangan perilaku atau kenakalan pada remaja memang sudah pasti memiliki banyak faktor. Jensen menyebutkan salah satu faktor tersebut yaitu faktor individu (Sarwono, 2011) dimana sering dimaksudkan dengan minimnya keimanan sehingga tidak pandai dalam mengendalikan nafsu dan tidak pandai

dalam mengendalikan emosi. Namun penyimpangan perilaku tersebut sebenarnya tidak semata-mata karena kesalahan pelaku, faktor lingkungan dapat menjadi salah satu faktor dominan yang menyebabkan terjadinya perilaku menyimpang, terutama diawali dari lingkungan di mana anak tumbuh dan berkembang ikut berkontribusi besar dalam perkembangan kepribadian remaja tersebut yaitu lingkungan keluarga. Keluarga merupakan kelompok primer bagi remaja, khususnya orangtua memiliki peran penting dalam pembentukan dan arahan perilaku remaja. Menurut para ahli (Widodo, 2011) orangtua minimal mempunyai peranan 60% dalam kesuksesan remaja, sekolah berkontribusi sebesar 20% dan lingkungan sebesar 20%.

Keluarga terutama kedua orangtua adalah lingkungan pertama yang membentuk emosi dan kepribadian anak, oleh karena itu keluarga harus mampu menjalankan fungsinya dengan baik yaitu dengan cara memenuhi kebutuhan anak baik yang bersifat fisiologis maupun psikologis. Adapun fungsi dasar keluarga adalah mendidik anak dengan memberikan rasa memiliki, rasa aman, kasih sayang, dan mengembangkan hubungan yang baik di antara anggota keluarga (Syamsu, 2009). Pola asuh orangtua menjadi awal perkembangan pribadi dan jiwa seorang anak, serta memberikan sumbangsih atas keberhasilan keluarga dalam mentransfer dan menanamkan nilai-nilai agama, kebaikan, dan norma yang berlaku di masyarakat (Suwella, Mugianti, Setijaningsih, & Suprajitno, 2016) Pola asuh dapat digunakan sebagai upaya prevensi mencegah perilaku menyimpang remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti (Astuti, 2004) menunjukkan bahwa pengasuhan orangtua memberikan pengaruh terhadap munculnya gejala kenakalan remaja yaitu memberikan sumbangan 19.4%. Scohib juga mengemukakan situasi dan

kondisi keluarga yang negatif menjadi sebab utama terjadinya kenakalan remaja, seperti: perkelahian antar remaja, seks bebas, bolos sekolah, dan minum minuman keras (Schohib, 1998). Hasil penelitian lainnya yang mendukung yang dilakukan oleh Adam dan Gullota (Iskandar, 2008) mengemukakan bahwa remaja yang mengalami disfungsi keluarga cenderung menunjukkan ciri-ciri berperilaku nakal dan kecenderungan terhadap obat terlarang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat banyak dimensi hubungan antara orangtua dan remaja yang dapat mempengaruhi kesehatan remaja, perkembangan, serta perilaku berisiko (Newman, dkk, 2008). Rasulullah SAW juga bersabda: "Setiap anak itu dilahirkan menurut fitrahnya, maka hanya kedua orangtuanyalah yang akan menjadikan seorang Yahudi, seorang Nasrani, atau seorang Majusi." (H.R. Bukhairi).

Tanggung jawab orangtua atas anak yang diamanahkan kepada mereka adalah membantu pembentukan karakter anak. Hal ini sesuai dengan konsep Islam yang tercantum dalam Hadits Riwayat Abu Hurairah (Jamal, 2004). Rasulullah SAW bersabda: *"Barang siapa tidak mengasihi (anaknya), maka dia tidak akan dikasihi (anaknya)".* Dalam konteks yang lebih luas, Hadits tersebut dapat diartikan bahwa apabila kita menginginkan anak yang berkarakter pengasih, maka harus dimulai dari orangtua yang selalu mengasihi dan menyayangi anak-anaknya. Selain itu orang tua juga sejak awal diharapkan memiliki peran dan konsep yang jelas dalam memberikan pendidikan dan pengasuhan kepada anak mereka (Qs. an-Nisaa: 9, Qs. al-Anfaal: 28, Qs. at-Taghaabun: 14).

Konsep mengasuh anak dalam agama Islam sudah jauh di rumuskan sejak perkembangan Islam dari zaman dahulu, hal ini dapat kita lihat pada hadits dan ayat Al-Qur'an. Keseluruhan dari konsep pengasuhan sudah di praktekkan oleh Rasulullah SAW,

yang disebut dengan istilah *prophetic parenting* atau pengasuhan kenabian. *Prophetic parenting* adalah pengasuhan anak menurut sunnah Nabi Muhammad dan didasarkan pada nilai keIlahian yang berdasarkan Al-Qur'an (Suwaid, 2010). Pola atau metode pendidikan agama dalam Islam pada dasarnya mencontoh pada perilaku Nabi Muhammad SAW dalam membina keluarga dan sahabatnya. Karena segala apa yang dilakukan oleh Nabi Muhammad SAW merupakan manifestasi dari kandungan al-Qur'an.

Siapa Remaja ?

Istilah "Remaja" merupakan terjemahan dari kata *"adolescence"* berasal dari kata latin *"adolescene"* yang berarti *"to grow"* (tumbuh) atau *"to grow up into maturity* (tumbuh menuju kematangan)". Pengertian remaja dapat di tinjau dari tiga sudut, yaitu secara kronologis biasanya berada sekitar usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 18 atau 20 tahun. Dari segi biofisik, masa remaja diawali dengan perubahan pada fungsi fisiologis (meliputi kematangan organ-organ seks) dan penampilan fisik (meliputi tubuh, proporsi tubuh). Sedangkan dari sudut pandang psikologis,masa remaja merupakan masa transisi dalam aspek-aspek perkembangan antara lain aspek mental,aspek emosi, sosial, kehidupan seksual dan sebagainya (Siregar, 2017). Remaja dalam kajian Islam menggunakan istilah *AsSyabab* atau *al-Fata* yang artinya pemuda. Menurut syari'ah Islam, remaja adalah orang yang berada pada masa akil baligh, sudah masuk dalam kategori *mukallaf* yaitu orang yang sudah mendapat beban kewajiban melakukan syari'ah.

Selanjutnya, pendapat lain remaja adalah mereka yang telah meninggalkan masa anak-kanak yang penuh dengan ketergantungan dan menuju masa pembentukan tanggung

jawab. Masa remaja ditandai dengan pengalaman-pengalaman baru sebelumnya pernah terbayangkan dan dialami (Basri, 1996) Hurlock membagi masa remaja menjadi dua, yaitu masa remaja awal dari umur 13-16 atau 17 tahun, dan masa remaja akhir bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun yaitu usia matang secara hukum (Hurlock, 1998).

Penyebab Kemunculan Perilaku Menyimpang pada Remaja

Dalam kamus besar bahasa Indonesia perilaku menyimpang diartikan sebagai tingkah laku, perubahan, atau tanggapan seseorang terhadap lingkungan yang bertentangan dengan norma-norma dan hukum yang berlaku di dalam masyarakat (Tim Prima Pena, t.t.). Mendefinisikan perilaku menyimpang adalah hal yang cukup sulit dilakukan, problemnya adalah menyimpang terhadap apa? apakah penyimpangan terhadap peraturan orangtua, seperti pulang terlalu malam atau merokok bisa di katakan penyimpangan juga dan karena itu dinamakan kenakalan. Salah satu upaya untuk mendefinsikan penyimpangan perilaku remaja yaitu dapat di artikan kenakalan anak (*juvenile delinquency*).

Perilaku menyimpang remaja dalam arti kenakalan remaja (*juvenile delinquency*) menurut sosiolog Kartono merupakan gejala patologis sosial pada remaja yang disebabkan oleh bentuk pengabdian sosial. Akibatnya mereka mengembangkan bentuk perilaku yang menyimpang. Kenakalan remaja merupakan kumpulan dari berbagai perilaku remaja yang tidak dapat diterima secara sosial sehingga terjadi tindakan kriminal.

Bentuk kenakalan remaja/perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja sangat beragam Seperti yang dipaparkan oleh Zakiyah Derajat sebagai berikut:

a. Kenakalan ringan, misalnya: tidak patuh pada orang tua dan guru, membolos sekolah, sering berkelahi, tata cara berpakaian yang tidak sopan.
b. Kenakalan yang menganggu ketentraman dan keamanan orang lain, misalnya: mencuri, menodong, kebut-kebutan, miras, dan penyalahgunaan narkoba.
c. Kenakalan seksual baik terhadap lawan jenis maupun terhadap sejenis.(Derajat, 1973)

Remaja yang mengalami masa transisi mengandung kemungkinan timbulnya masa kritis yang merupakan suatu *developmental challenges* yang biasanya ditandai oleh kecenderungan munculnya perilaku menyimpang (*maladaptive responses*). Dalam kondisi tertentu, perilaku menyimpang tersebut akan berlangsung lebih lama dan terdapat kemungkinan berkembang, misal dari perilaku menyimpang seperti berbohong, membantah, membolos, menjadi perilaku mengganggu (*disruptive behavior*), misalnya merusak, menyerang, dan beberapa bentuk agresivitas lainnya. Lciewaan Schmaling (Peterson, 1986) berpendapat bahwa kemungkinan terjadinya perubahan perilaku menyimpang menjadi perilaku mengganggu diakibatkan adanya disfungsi perkembangan yang kumulatif yaitu terjadinya penumpukkan masalah yang berlangsung sejak tahap perkembangan sebelumnya.

Remaja yang secara tradisional merupakan periode “badai dan tekanan”, dimana maksudnya pada masa ini mereka memiliki masa ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Emosi yang meninggi disebabkan karena remaja berada dibawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru (Hurlock, 1998). Hal ini yang kemudian dapat menjadi pemicu remaja cenderung melakukan perilaku menyimpang.

Beberapa pendapat terkait dengan penyebab perilaku menyimpang yang terjadi pada remaja biasanya disebabkan karena berbagai faktor diantaranya

a. Faktor-faktor di dalam diri anak itu sendiri

   Faktor dari dalam diri anak yang dapat menyebabkan terjadinya perilaku menyimpang pada remaja yaitu: predisposing faktor (faktor yang dibawa sejak lahir), lemahnya pertahanan diri, kurangnya kemampuan penyesuaian diri, kurangnya dasar-dasar keimanan di dalam diri remaja.

b. Faktor dari dalam rumah tangga

   Faktor dari dalam rumah tangga yang dapat menyebabkan terjadinya perilaku menyimpang pada remaja yaitu: kurangnya kasih sayang dan perhatian dari orang tua; lemahnya keadaan ekonomi orang tua di desadesa yang menyebabkan tidak tercukupinya kebutuhan anak-anak; dan kehidupan keluarga yang tidak harmonis

c. Faktor-faktor di masyarakat

   Faktor dari masyarakat yang menyebabkan terjadinya perilaku menyimpang pada remaja yaitu: kurangnya pelaksanaan ajaran-ajaran agama secara konsisten; masyarakat yang kurang mendapatkan pendidikan; kurangnya pengawasan terhadap remaja; dan pengaruh norma-norma baru dari luar.

d. Faktor-faktor yang berasal dari sekolah

   Perilaku menyimpang pada remaja juga dapat disebabkan dari faktor yang berasal dari sekolah yaitu: faktor guru; faktor fasilitas pendidikan; norma-norma pendidikan; dan kekompakan guru/kekurangan guru (Willis, 2005).

Konsep *Prophetic Parenting*

Parenting merupakan istilah yang berkembang populer berkaitan dengan pengasuhan anak (*child rearing*). *Parenting* didefinisikan sebagai *purposive activities aimed at ensuring the survival and development of children* (Hoghughi & Long, 2004). *Parenting* berasal dari kata latin "parere" yang berarti *to bring forth, develop or educate* (melahirkan, mengembangkan atau mendidik). Kata *parenting*, sesuai dengan akarnya diartikan sebagai aktivitas pengembangan dan pendidikan dibandingkan dengan siapa yang melakukannya (subyeknya). Kata *parent*, menurut tradisi biologis berarti orang tua (ayah atau ibu). Sementara sebagai kata kerja, parent/orang tua pada merujuk suatu proses, aktivitas dan interaksi, yang umumnya terjadi dalam perkembangan seorang anak. Kata "biasanya" dilekatkan di sini, karena dalam proses perkembangan anak, tidak hanya orang tua yang dapat terlibat, namun juga pihak lain seperti pengasuh anak, guru, dan sebagainya. (Hoghughi & Long, 2004). *Parenting* berkaitan dengan upaya pengasuhan yang mensejahterakan kehidupan anak. Dapat disimpulkan secara ringkas, *parenting* adalah aktivitas positif yang berkaitan dengan pengasuhan anak

Dalam perspektif psikologi, pengasuhan pada prinsipnya merupakan *parental control,* yakni bagaimana orangtua mengontrol, membimbing dan mendampingi anak-anaknya untuk melaksanakan tugas-tugas perkembangannya menuju pada proses pendewasaan. Pola asuh adalah suatu sikap yang dilakukan orang tua, yaitu ayah dan ibu dalam berinteraksi dengan anaknya. Bagaimana cara ayah dan ibu memberikan disiplin, hadiah, hukuman, perhatian, dan tanggapan-tanggapan yang lain yang berpengaruh pada pembentukan kepribadian anak (Ilahi, 2013). Baumrind juga menjelaskan bahwa pola asuh orangtua merupakan

segala bentuk dan proses interaksi yang terjadi antara orangtua dan anak yang merupakan pola pengasuhan tertentu dalam keluarga yang akan memberi pengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak.

Sedangkan Profetik atau dalam bahasa lain *Prophetic* dalam kamus bahasa Indonesia membawa maksud berkenaan dengan kenabian atau ramalan atau di contoh dalam kehidupannya sehari-hari dimana masih relevan untuk masa modern ini, makna dari kata yang lain *Prophetic* adalah perjanjian yang di maksudkan dengan perjanjian ini adalah perjanjian yang diambil melalui Al-Qur'an dan Hadits-hadits Nabi kita SAW. (Syekh Khalid, 2017)

Manakala itu dikaitkan dengan *parenting* maka yang di maksud dengan *prophetic parenting* adalah pendidikan anak ala Rasulullah Saw mendidik anak dengan berkiblat pada cara-cara yang dilakukan Rasulullah Saw dalam mendidik keluarga dan sahabat beliau. Konsep *Prophetic* mendasar pada keteladanan (*uswah hasanah*) yang terdapat pada diri Nabi Muhammad Saw. Instruksi Rasulullah merupakan sosok dan pribadi yang sangat pantas untuk ditiru dalam konteks akhlak terekam pada QS. Al Ahzab: 21. *"Sesungguhnya telah ada pada diri Rasulullah itu suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah".*

Pola pengasuhan dan pendidikan anak ala Nabi Muhammad SAW ini, mengajarkan bahwa mendidik anak bermula dari pernikahan dimana ketika memilih pasangan seseorang haruslah memperhatikan pasangan yang sholeh dan sholehah agar nantinya menghasilkan anak-anak yang baik. Pemilihan pasangan memiliki pengaruh yang cukup kuat terhadap psikis anak dan kecenderungan bagi sang anak (Suwaid, 2014).

Prophetic Parenting merupakan pola asuh ala Nabi Muhammad SAW. Pola asuh ini menekankan untuk menanamkan dan mengenalkan nilai-nilai agama sejak anak dari dalam kandungan. Dalam *Prophetic Parenting* pendidikan anak bermula dari pernikahan dimana seseorang harus memilih pasangan yang sholeh ataupun sholehah. Hal ini dikarenakan, pemilihan pasangan memiliki pengaruh yang cukup kuat terhadap psikis anak dan kecenderungan bagi perkembangan sang anak.

Aspek Pengasuhan dalam *Prophetic Parenting*

Penekanan penting bahwasanya dalam *prophetic parenting* berlaku sebuah proses pendidikan bukan sekedar proses pengajaran pada anak, kerena dalam proses pendidikan selain mengajarkan ilmu juga menanamkan nilai-nilai yang mana nilai-nilai itu akan tertanam pada anak sampai ia dewasa (Hairina, 2016). Aspek-aspek pengasuhan dalam *prophetic parenting* (Suwaid, 2010) adalah sebagai berikut:

1. Menampilkan suri tauladan yang baik

Orangtua memberikan suri teladan artinya bahwa orangtua sebagai *role model* bagi anak-anak mereka. Rasulullah Saw. Memerintahkan kedua orangtua untuk menjadi suri teladan yang baik dalam bersikap dan berperilaku, karena sikap dan perilaku orangtua akan dijadikan teladan dan akan membentuk pola pikir dan pola keperibadian anak. Melihat orangtua menampilkan perilaku yang baik, maka atas izin Allah, anak akan meniru apa yang dilakukan oleh orangtuanya.

Ihsan dan Atsari menjelaskan orangtua adalah pendidik dan sosok teladan pertama bagi anak. Seorang anak tumbuh sesuai pendidikan yang diajarkan oleh orangtua. Perilaku anak

yang positif berdasarkan teladan dan pendidikan yang orangtua berikan. Begitu juga, tindakan anak yang keras dan buruk karena pendidikan yang diberikan dan karakter orangtua (Ihsan & Al-atsari, 2014) Hal ini juga di kuatkan oleh Zakiyah Darajat dalam bukunya ilmu jiwa agama mengatakan bahwa:

> *"Kepercayaan dan pemahaman keagamaan pada anak-anak bertumbuh melalui didikan yang diterima dari lingkungannya. Apabila keteladanan senantiasa terpolakan dalam keseharian, maka pasti terujudlah harapan sang orang tua dalam melahirkan anak yang shaleh"* (Daradjat, 1987)

Pada dasarnya secara psikologis meniru merupakan aktivitas fitrah atau alamiah yang dilakukan manusia ketika berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya. Fitrah seorang anak untuk meniru atau mengikuti lingkungannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Zakiyah Darajat yang mengatakan bahwa:

> *"Orang tua adalah pusat kehidupan Rohani si Anak dan sebagai penyebab berkenalannya dengan alam luar, maka setiap reaksi emosi dan pemikirannya dikemudian hari, terpengaruh oleh sikapnya terhadap orang tua dipermulaan hidupnya dahulu."*

Keteladanan dalam mendidik anak di rasa efektif dan berhasil dalam mempersiapkan anak dari membentuk mental dan sosialnya di masa depan. Anak mempunyai daya rekam yang kuat. Apa yang mereka lihat dan dengar, akan terekam terus di dalam ingatannya. Karena itulah pentingnya memberikan teladan yang baik pada mereka sejak usia dini.

2. Melakukan pembiasaan

Pembiasaan atau *habituation* merupakan proses pembentukkan sikap dan perilaku yang sifatnya menetap dan *automatically* melalui proses pembelajaran yang berulang-ulang. Pembiasaan merupakan hal yang sangat ditekankan Rasulullah,

sebab anak mendapat pengetahuan dari apa yang dilihat, dipikir dan dikerjakannya. Jika dalam kesehariannya anak sudah terbiasa melakukan hal-hal yang baik, maka akan terpatri sampai dewasa kelak. Pembiasaan tentunya dilakukan tidak dalam waktu singkat, namun secara berkala dan berkelanjutan.

Pembiasaan pada proses pengasuhan akan efektif dalam pembentukkan pribadi dan akhlak (karakter anak), ketika suatu perilaku atau perbuatan sudah terbiasa dilakukan oleh anak, maka akan menjadi habit kemudian akan menjadi ketagihan dan akan menjadi tradisi yang sulit untuk di tinggalkan, di sini nilai pentingnya pembiasaan oleh orangtua untuk melakukan pembiasaan-pembiasaan yang baik pada anak. Jika anak dibiasakan melakukan perbuatan yang baik, maka anak akan tumbuh menjadi remaja yang berperilaku baik.

3. Mencari waktu yang tepat untuk memberi nasihat

Kedua orangtua mampu memilih waktu yang tepat untuk memberikan pengarahan kepada anak karena akan berpengaruh terhadap proses penyampaian arahan yang disampaikan oleh orangtua. Memilih waktu yang tepat dalam memberikan arahan kepada anak, maka arahan yang telah diberikan orang tua akan lebih efektif dan lebih mudah dalam mendidiknya. Hal ini dikarenakan dengan memilih waktu yang tepat pada kondisi anak yang sudah siap untuk menerima masukan, anak akan lebih mudah menerima nasihat yang orangtua berikan, namun pada waktu yang lain anak dapat menolaknya dengan keras. Apabila orangtua mampu mendidik dan mengarahkan hati anak, maka hal yang dilakukan tersebut akan berdampak positif bagi anak dan anak akan berperilaku sesuai dengan apa yang diharapkan.

4. Bersikap adil dan menyamakan pemberian untuk anak

Selain menuntut orangtua untuk memberikan tauladan yang baik, orangtua juga dituntut untuk bersikap adil dan menyamakan pemberian kepada anak-anaknya. Kedua hal tersebut memiliki pengaruh yang besar untuk anak agar membentuk pribadi yang berbakti dan menjaga ketaatannya. Rasulullah Saw telah menjelaskan secara jelas mengenai suatu kaidah yang agung dalam pencapaian bakti dan ketundukan seorang anak kepada orangtuanya, yaitu bersikap adil dan menyamakan pemberian.

5. Menunaikan hak anak

Mewujudkan hak dan menerima kebenaran dari anak dapat menumbuhkan perasaan positif dan *optimisme* dalam dirinya, serta dapat dijadikan pembelajaran bahwa kehidupan itu adalah memberi dan menerima. Selain itu, juga melatih anak untuk tunduk pada kebenaran, sehingga anak akan membiasakan diri untuk mengungkapkan isi hati dan menuntut apa yang telah menjadi haknya.

6. Mendoakan anak

Doa merupakan pokok utama yang harus dipanjatkan oleh orangtua dan dituntut untuk selalu konsisten dalam menjalankannya. Doa yang dipanjatkan oleh orangtua akan selalu dikabulkan oleh Allah SWT, sebab doa yang mereka ucapkan merupakan doa yang paling mujarab dan paling diridhoi oleh Allah SWT. Melalui panjatan doa, rasa sayang dan rasa cinta orangtua akan semakin tertanam kuat dihati dan akan semakin membara atas apa yang mereka rasakan, sehingga keduanya akan semakin tunduk kepada Allah dan semakin berusaha sekuat

tenaga untuk dapat memberikan yang terbaik pada sang anak terutama untuk masa depannya.

Prophetic Parenting sebagai upaya Preventif Penyimpangan Perilaku Remaja

Prophetic Parenting sebagaimana yang sudah dijelaskan di atas yaitu pola asuh nabi yang membentuk kepribadian anak dari bayi sampai *baligh* (dewasa) dengan bersumber dari Rasulullah SAW baik perkataan dan perbuatan, secara bertahap sampai pada tingkatan lengkap dan sempurna yaitu sampai anak berpegang teguh pada syariat Allah dengan sendirinya (Suwaid, 2010). Agama dalam *prophetic parenting* dipandang menjadi basis dalam pengasuhan anak dalam hal ini agama Islam, asumsinya ketika anak itu di asuh dalam pengasuhan Islam maka ia pun akan berperilaku malu jika berbuat tidak terpuji, taat pada peraturan, sopan santun, percaya diri, menjaga kebersihan dan kerapian, serta menjaga pergaulan dengan lawan jenis sampai ia dewasa sekalipun, untuk mewujudkan sebuah generasi yang memiliki karakter kokoh serta iman dan Islam yang kuat, maka diperlukan penanaman nilai-nilai kepribadian Islami pada diri anak (Risnati, 2012).

Faktor keagamaan yaitu dalam hal ini aspek religiusitas sangat penting dalam membentuk akhlak dan karakter yang baik pada anak. Nilai-nilai religiusitas yang dimiliki oleh seseorang memberikan pengaruh besar terhadap terjadinya penyimpangan perilaku pada remaja. Hal tersebut juga sesuai hasil penelitian Palupi (Palupi, 2013) yang menjelaskan bahwa remaja yang memiliki religiusitas maka semakin rendah tingkat kenakalan pada remaja, yang dimaksud adalah remaja berperilaku sesuai dengan ajaran agama yang dianut sehingga individu

berusaha menginternalisasikan ajaran agama sebagai tujuan utama hidupnya. Hal tersebut terjadi karena agama mendorong penganutnya untuk berperilaku baik dan bertanggung jawab atas perbuatannya

Sebagaimana yang sudah dipaparkan di atas bahwa faktor yang mempengaruhi adanya penyimpangan perilaku pada remaja adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal di sini yaitu yang bersumber dari dalam diri remaja itu sendiri, salah satunya kondisi remaja itu sendiri dalam hal ini terkait dengan emosi remaja. Seperti diketahui bahwa mood (suasana hati) pada remaja dapat berubah sangat cepat. Hasil penelitian di Chicago oleh Mihalyi Csikszentmihalyi dan Reed Larson (Husada, 2013) menemukan bahwa remaja rata-rata memerlukan hanya 45 menit untuk berubah dari mood "senang luar biasa" ke "sedih luar biasa", sementara orang dewasa memerlukan beberapa jam untuk hal yang sama. Remaja seringkali mengalami permasalahan dalam mengendalikan emosi. Menurut Tarwoto et al (2012) masalah mental emosional yang paling utama dipengaruhi oleh lingkungan keluarga (pola asuh keluarga dan kondisi keluarga). Kecerdasan emosi tidak dibawa sejak individu dilahirkan, melainkan dibentuk dan dilatih. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi ialah pola asuh orang tua. Lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama bagi anak untuk mempelajari emosi (Goleman, 2009).

Dalam *prophetic parenting* yang dikemukakan oleh Suwaid (2010) membentuk perasaan anak merupakan aspek yang penting untuk ditumbuhkan, karena perasaan (emosi) akan menentukan bentuk kepribadian seorang anak. Apabila aspek ini tidak diperhatikan, anak akan tumbuh menjadi sosok yang berjiwa dingin dan kejam kepada siapapun disekitarnya. Orangtua dengan

prophetic parenting membentuk emosi anak dengan meluangkan waktu untuk bermain bersama anak, berbincang dan memberikan nasehat kebaikan, hal ini membuat anak merasa dekat dengan orangtua mereka, anak juga merasakan kehadiran orangtua dalam kehidupannya. Hasil penelitian yang dilakukan (Farida, 2017) semakin membuktikan ada hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan perilaku keagamaan seorang remaja, remaja yang agamis memiliki kecerdasan emosional yang tinggi sehingga mampu mengontrol dan mengendalikan emosinya.

Penyimpangan perilaku yang dilakukan remaja juga di sebabkan adanya indikasi gangguan kesehatan mental. Menurut Nursidik gangguan kesehatan mental yang sering dialami oleh remaja antara lain rasa cemas, rasa takut, depresi dan hiperaktif (Nurhayati, 2010). Hal ini sejalan dengan pernyataan yang menyebutkan bahwa remaja yang tidak sejahtera cenderung akan merasakan kecemasan, depresi dan kerap khawatir (Fajarwati, 2014). Lebih lanjut Sativa & Helmi (Sativa & Helmi, 2013) menjelaskan bahwa remaja yang sejahtera psikologisnya akan memiliki pikiran yang positif dan bersikap positif pada orang lain dan diri sendiri. Remaja yang mampu mempersepsi diri secara positif akan lebih mampu untuk menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, sehingga remaja lebih mampu untuk memandang masa depan secara positif. Dalam penelitian (Rahmayani, 2014) juga menunjukkan ada korelasi yang positif antara *prophetic parenting* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Artinya terbukti bahwa ada pengaruh penerapan prophetic parenting terhadap kesejahteraaan psikologis remaja.

Resiliensi yaitu kemampuan individu untuk dapat berfungsi secara kompeten dalam menghadapi kesulitan atau stres

(Murphey, Barry, & Vaughn, 2013), juga menjadi penyebab internal dalam diri remaja untuk melakukan penyimpangan perilaku. Bagi mereka yang memiliki resiliensi rendah maka akan sangat rentan untuk melakukan perilaku-perilaku yang beresiko, seperti seks bebas, penyalahgunaan obat, melakukan kekerasan, melakukan tindakan kriminal dan lain sebagainya. Sebaliknya, individu dengan resiliensi yang tinggi memiliki pengaturan emosi yang baik, mampu mengontrol diri terhadap implus, *optimisme*, empati, mampu menganalisis masalah, *self efficacy*, dan tetap memiliki pencapaian tujuan yang baik (K Revich & Shatte, t.t.). Resiliensi yang dimiliki akan melindungi remaja dari kemungkinan terhanyut dan terpuruk karena kesulitan yang dihadapi, yang dapat menimbulkan permasalahan-permasalahan perilaku (Ducan & Brooks-Gunn, 1997; Essen & Wedge, 1978; Rutter & Madge, 1976; dalam Schoon, 2006).

Prophetic parenting orangtua mampu menunjukkan perilaku dan memberikan pendidikan yang baik kepada anak, sehingga akan mempengaruhi resiliensi anak. Hal ini dikarenakan bahwa orangtua merupakan figur *modelling* yang pertama kali dilihat oleh anak, sehingga anak akan ikut menirukan apa yang ditunjukkan dari perilaku yang dilakukan oleh orangtuanya. Selanjutnya, orangtua juga harus mampu menerima anak apa adanya, memaafkan yang dirasakan sulit oleh anak, tidak membebani anak untuk mencapai target dan keinginan yang ditetapkan sepihak oleh orangtua, serta tidak memaki atau memberi julukan-julukan yang buruk kepada anak. Orangtua yang *prophetic parenting* tidak akan banyak menuntut dan akan lebih mengerti apa yang dirasakan oleh sang anak ketika mengalami kondisi tersebut. Hal ini akan membuat anak merasa lebih nyaman dan akan memudahkannya untuk dapat beradaptasi dengan kesulitan tersebut dan akan berusaha untuk memecahkannya. Oleh karena

itu, melalui *prophetic parenting* akan membantu dan menuntun remaja untuk bersikap dan berperilaku yang lebih positif dan lebih resilien dalam menghadapi berbagai macam masalah dan kesulitan yang Allah SWT berikan. Adanya pengaruh positif dari *prophetic parenting* terhadap resiliensi remaja

Secara Psikologis penyimpangan perilaku atau kenakalan remaja merupakan wujud dari konflik-konflik yang tidak terselesaikan dengan baik pada masa kanak-kanak,yang disebutkan di atas salah satunya dipengaruhi oleh faktor lingkungan yaitu keluarga, termasuk gaya komunikasi orang tua yang kurang baik terhadap remaja dapat menimbulkan kenakalan remaja (Dolly, 2014). Di dalam *Prophetic Parenting*, orangtua bersikap lembut, bermain dengan anak, meluangkan waktu, menggerakkan emosi anak, dan berkomunikasi dua arah pada anak. Hal ini guna menimbulkan rasa kasih sayang, dan kepercayaan diri pada anak.

Prophethic Parenting lebih menekankan agar orangtua menghindari dalam hal memarahi anak. Teguran keras dapat membuat anak kehilangan percaya diri dan mengacaukan pemahamannya. Jika anak berbuat kesalahan, maka sebaiknya orangtua memberikan nasihat secara tidak langsung, seperti menggunakan bahasa isyarat, singgungan, dan nasihat secara tidak langsung. Sebaiknya yang kita kritik adalah perilakunya, bukanlah orangnya. Hal ini dapat membuahkan perubahan yang positif pada anak sesuai yang diharapkan. Pola asuh ini cenderung menghindari amarah saat mendidik anak (Suwaid, 2014). Beberapa penelitian terkait pengasuhan secara Islami juga menunjukkan hasil yang positif. Penelitian oleh Djuwarijah (Djuwarijah, 2001) menghasilkan bahwa pengasuhan Islami mampu meminimalisir intensitas agresifitas pada remaja, sementara itu penelitian lain oleh Trisnawati (Trisnawati, 2014) menyatakan bahwa *prophetic*

parenting mampu meminimalisir perilaku *bullying* pada siswa SMA.

Kesimpulan

Remaja merupakan kelompok yang rentan terlibat dalam penyimpangan perilaku. Hal ini kurang lebih dikarenakan usia usia remaja yang merupakan usia pencarian jati diri dan mudah terpengaruh. Perilaku menyimpang pada remaja sering di istilahkan *delinkuen*, banyak faktor yang menjadi penyebab perilaku menyimpang. Upaya penanggulangan perilaku menyimpang harus dilakukan sedini mungkin, namun kunci utama dalam usaha prevensi tidak hanya tergantung pada remaja itu sendiri, tetapi peran lingkungan sosial juga, terutama lingkungan keluarga ini, karena kehidupan dalam keluarga merupakan lingkungan pertama bagi anak. Pengalaman interaksi dalam keluarga akan menentukan pola dan tingkah laku anak terhadap orang lain dalam masyarakat. Pola asuh sangat mempengaruhi perkembangan kejiwaan anak. Pola asuh yang tidak sesuai akan menyebabkan perilaku menyimpang. Penerapan *prophetic parenting* di dalam keluarga akan memengaruhi karakter dan perilaku seorang anak sampai ia remaja dan dewasa. *Prophetic parenting* memiliki banyak berpengaruh positif kepada anak.

Daftar Pustaka

Astuti. (2004). *Pengaruh pola asuh orangtua terhadap gejala kenakalan anak/remaja dan penanggulanggannya.* Semarang.

Basri, H. (1996). *Remaja berkualitas* (cet 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Daradjat, Z. (1987). *Ilmu jiwa agama.* Jakarta: Bulan Bintang.

Derajat, Z. (1973). *Membina nilai moral di Indonesia* (cetakan 2). Jakarta: Bulan Bintang.

Djuwarijah. (2001). Hubungan pengasuhan Islami dengan agresifitas remaja. *Jurnal Logika, 7*(8).

Dolly, A. (2014). Dampak kenakalan remaja dalam perspektif kriminologi di Kota Medan. *Fakultas Hukum. Universitas Sumatera Utara.*

Fajarwati, D. I. (2014). *Hubungan dukungan sosial dan subjective well-being pada remaja SMP N 7 Yogyakarta.* Skripsi (Diterbitkan). Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Farida, U. (2017). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan perilaku keagamaan pada remaja di Desa Kemasan Kecamatan Sawit Kabupaten Boyolali.* Skripsi. *Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan. Institut Agama Islam Negeri Surakarta.*

Goleman, D. (2009). *Emotional inteligence (terjemahan). Cet.18.* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Hairina, Y. (2016). Prophetic parenting sebagai model pengasuhan dalam pembentukan karakter (akhlak) anak. *Jurnal Studia Insania, 4*(1), 79–94.

Hoghughi, M. S., & Long, N. (2004). *Handbook of parenting: Theory and research for practice.* Sage.

Hurlock, E. B. (1998). *Psikologi perkembangan: Suatu perkembangan sepanjang rentang kehidupan.* Jakarta: Erlangga.

Husada, K. (2013). *Hubungan Pola Asuh Demokratis dan Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Prososial Pada R*emaja. *Jurnal Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.*

Ihsan, & Al-atsari. (2014). *Mencetak generasi rabbani.* Jakarta: Pustaka Imam As Syafi'i.

Ilahi, M. T. (2013). *Quantum parenting: Kiat sukses mengasuh anak secara efektif dan cerdas.* Yogyakarta: katahati.

Jamal, A. (2004). *Pendidikan ala kanjeng nabi.* Yogyakarta: Penerbit Mitra Pustaka.

K Revich, & Shatte, A. (t.t.). *The resilience factor: Seven essential skills for overcoming life's hurdles.* Newyork: Three Rivers Press.

Kurniati, A. (2016). Mengatasi perilaku menyimpang remaja dalam perspektif Islam. *Edukasi Journal, 8*(1), 19–26.

Murphey, D., Barry, M., & Vaughn, B. (2013). *Positive mental health: Resiliensi. Adolescent Health Highlight.*

Nurhayati, H. (2010). *Pengaruh big five personality terhadap psychological well-being remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 5 Madiun.* Skripsi (Diterbitkan). Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

Palupi, A.B. (2013). *Pengaruh religiusitas terhadap kenakalan remaja pada siswa kelas viii SMP Negeri 02 Slawi Kabupaten Tegal.* Skripsi (tidak diterbitkan). *Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.*

Peterson, L. (1986). *Performance models for antisocial boys* (41 ed.). American Psychologist.

Rahmayani, L. (2014). *Hubungan antara prophetic parenting dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.* Skripsi. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

Risnati, F. (2012). *Hubungan religiusitas dengan subjective well being.* Universitas Gunadarma.

Sarwono, S.W. (2011). *Psikologi Remaja.* Jakarta: Raja Wali Pres.

Sativa, A. R., & Helmi, A. F. (2013). Syukur dan harga diri dengan kebahagiaan remaja. *Jurnal Psikologi Wacana, 5*(10).

Schohib. (1998). *Pola asuh orangtua dalam membantu anak mengembangkan disiplin diri.* Jakarta: Rineka Cipta.

Siregar, J. R. (2017). *Perkembangan dan pengasuhan anak hingga remaja*. Bandung: PT. Alumni.

Suwaid, M. N. A. H. (2010). *Prophetic parenting: Cara Nabi SAW mendidik anak. Diterjemahkan oleh: Farid Abdul Aziz.* Yogyakarta: Pro-U Media.

Suwella, D., Mugianti, S., Setijaningsih, T., & Suprajitno. (2016). Upaya preventif orangtua mencegah kenakalan remaja. *Jurnal Ners dan Kebidanan, 3*(2).

Syekh Khalid, B. A. A. (2017). *Prophetic Parenting*. Yogyakarta: Laksana.

Tim Prima Pena. (t.t.). *Kamus lengkap Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gita Media Press.

Trisnawati, R. (2014). *Hubungan antara prophetic parenting dengan kecenderungan*

melakukan bullying pada siswa kelas XI. Skripsi (Tidak diterbitkan). Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.

Widodo, S. (2011). *Smart parenting technology.* Jakarta: PT. Elex Media Computindo.

Willis, S. (2005). *Remaja dan masalahnya: Mengupas berbagai bentuk kenakalan remaja narkoba, free sex dan pemecahannya.* Bandung: CV Alfabeta

Rancangan Penanganan Prokrastinasi Mahasiswa Melalui Muhasabah Diri

Chandarani Paramitha Siwi , Azizaini Lathifah, & Lisnawati Ruhaena
Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Surakarta
chandaranips@gmail.com

Pendahuluan

Saat ini mahasiswa merupakan *agent of change* dimana dalam proses perkuliahan mahasiswa akan ditantang dengan berbagai kesibukan sehingga jika diabaikan akan mempengaruhi nilai hingga lamanya waktu studi mahasiswa. Hambatan mahasiswa dalam proses perkuliahan yang paling utama adalah penggunaan waktu yang kurang efektif dengan menunda-nunda mengerjakan pekerjaan yang berkaitan dengan hal akademik. Fenomena perilaku menunda-nunda ini dapat merugikan mahasiswa dalam rangka proses perkuliahan yang ditempuh.

Berdasarkan hasil *google forms* yang dibagikan kepada mahasiswa praktikum Fakultas Psikologi semester 5, sebanyak ±60% mahasiswa memilih untuk mengerjakan tugas praktikum mendekati *deadline*, melembur, dan melakukan sistem kebut

semalam (SKS) sedangkan ±40% mahasiswa lainnya mengerjakan tugas praktikum dengan mencicil kemudian jika terlambat akan melakukan negosiasi, meminta surat izin keterlambatan tugas dan meminta tenggang waktu pengumpulan tugas pada asisten dosen, hingga mengumpulkan tugas apa adanya (kualitas kurang). Hal ini menunjukkan bahwa adanya beberapa kelompok mahasiswa yang memilih untuk menunda-nunda mengerjakan tugas praktikum hingga *deadline* pengumpulan tugas tiba.

Latar belakang mahasiswa melakukan prokrastinasi tersebut karena mahasiswa belum memahami format tugas, sulit mencari referensi teori untuk tugas, kurang mampu mengatur waktu antara masuk Mata Kuliah Umum dan mengerjakan tugas, *deadline* masing-masing MKP di hari yang hampir sama, lebih banyak membuang waktu dengan bermain *handphone,* lebih memilih menyelesaikan tanggung jawabnya dalam kegiatan organisasi daripada tanggung jawabnya sebagai mahasiswa praktikum, karena menurut mahasiswa, didalam kegiatan organisasi walaupun terdapat *deadline* namun lebih menyenangkan dan lebih banyak praktik maupun penerapannya, namun jika kegiatan praktikum lebih dituntut untuk menyelesaikan *deadline* dengan berpikir penuh, seperti pencarian referensi teori yang tepat sesuai kasus, penyelesaian verbatim, interpretasi alat tes, dan lainnya.

Hal tersebut sesuai ciri-ciri prokrastinator menurut Burka & Yuen (2008) yaitu seorang prokrastinator lebih suka menunda pekerjaan, kesulitan dalam mengambil keputusan, dan lebih memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Hal ini tidak terlepas dari cara pandang individu terdahap keberadaan agama yang akhirnya membentuk sikap dalam kehidupannya. Religiusitas yang tinggi akan didapatkan, ketika individu dekat dengan Tuhan, yaitu Allah *subhanahu wa ta'ala* dengan cara-

cara yang sudah dianjurkan dalam Islam, salah satunya adalah membuka pikiran individu melalui muhasabah diri. Muhasabah diri sebagai proses introspeksi diri dan untuk mengetahui kekurangan diri agar tidak mengulangi kekhilafan yang sama sekaligus menyadarkan diri dari kelalaian dalam melayani bujukan hawa nafsu yang penuh dengan penipuan, salah satunya adalah dengan menunda melakukan kegiatan yang baik (Isa, 2005). Muhasabah diri ialah memeriksa apa yang sudah berlalu dalam hal buruk maupun baiknya, jika ada yang tidak betul dibetulkan segera, semua perkara sudah bersih sama ada dilakukan dengan menebus kesalahannya atau dia memohon pengampunan dari siapa yang boleh mengampunkan, jika dia hak manusia kepada manusia itu, dan jika dia hak Tuhan kepada Tuhannya (Imam Al-Ghazali, 2005). Maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk merancang intervensi melalui prokrastinasi mahasiswa melalui muhasabah diri.

Definisi Prokrastinasi Akademik

Perilaku menunda pekerjaan termasuk tugas kuliah dalam istilah psikologi disebut prokrastinasi, yaitu perilaku tidak bisa mengatur waktu dengan baik sehingga menyebabkan tertundanya suatu pekerjaan. Prokrastinasi cenderung untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan (Fauziah, 2015). Dari penundaan tersebut, mahasiswa melakukan kegiatan alternatif sebagai pengalihan dari tugasnya namun perilaku penundaan tersebut tidak berdasar dari kemalasan individu itu sendiri, melainkan terdapat beberapa alasan yang lain (Novritalia & Maimunnah, 2014).

Menurut Gafni & Geri (2010) prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda kegiatan dibawah kendali seseorang yang mengerjakan tugas mendekati *deadline*, atau

bahkan tidak melakukan sama sekali. Mahasiswa lebih memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan (Jannah & Muis, 2014).

Menurut Fauziah (2015) prokrastinasi merupakan menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk. Dampak buruk dari seorang prokrastinator dapat dilihat melalui ciri-ciri mahasiswa yang melakukan prokrastinasi itu sendiri. Menurut Capan (dalam Novritalia & Maimunnah, 2014) ciri ciri seorang perilaku prokrastinasi yaitu prokrastinator lebih suka untuk menunda pekerjaan atau tugas-tugasnya. Seseorang yang melakukan prokrastinasi itu sebenarnya bukan tidak mau tahu untuk segera mengerjakan tugasnya, namun lebih kepada seseorang tersebut lebih sering menunda-nunda untuk memulai pekerjaan dan hal tersebut mengakibatkan seseorang mengulur-ngulur waktu yang telah ditentukan. Selanjutnya perilaku prokrastinasi ini sebenarnya diartikan lebih dari sekedar mengalihkan respon dari tugas-tugas yang telah diberikan dikarenakan seseorang tidak menyukai tugas tersebut, seseorang kurang memahami tugas yang diberikan kepadanya atau keyakinan yang tidak rasional yang dapat menghambat proses pengerjaan tugas tersebut.

Dari penjelasan diatas mengenai prokrastinasi akademik dapat diambil kesimpulan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku individu yang sering menunda-nunda untuk memulai mengerjakan tugas akademiknya. Ciri-ciri prokrastinasi akademik antara lain penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan

melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Ciri-ciri prokrastinasi akademik menurut Ferrari, Johnson, & Mc Cown (1995) dapat dilihat melalui :

1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

   Prokrastinator lebih memilih menunda pekerjaannya walaupun dirinya mengetahui bahwa tugas tersebut penting untuk dikerjakan, atau jika sudah mulai dikerjakan akan cenderung menunda untuk menyelesaikannya

2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

   Prokrastinator memerlukan banyak waktu dalam menyelesaikan tugas dengan alasan mempersiapkan materi. Namun dalam proses penyelesaian tugas tersebut tidak memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya sehingga tugas yang dikerjakan terburu-buru dan mendapatkan hasil yang kurang maksimal

3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

   Prokrastinator tak jarang mengalami keterlambatan ketika memenuhi waktu akhir penyelesaian tugas yang telah ditentukan, baik waktu yang telah direncakan oleh orang lain mauppun yang telah ditentukan sendiri. Bisa jadi yang telah merencanakan waktu untuk memulai mengerjakan tugas namun ketika tiba saatnya prokrastinator tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan juga kegagalan untuk menyelesaikan tugas dengan waktu yang telah ditentukan

4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang sudah menjadi tanggung jawab

Prokrastinator cenderung memilih tidak segera melakukan tugasnya, namun menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang sekiranya dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, sehingga menyita waktu yang ada untuk mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan sesegera mungkin

Ciri-ciri prokrastinasi seseorang yang melakukan prokrastinasi akan tergambar pada perilaku yang selalu terulang kembali untuk melakukan penundaan, ciri-ciri tersebut menurut Burka & Yuen (2008) antara lain:

1) Prokrastinator lebih suka untuk menunda pekerjaan

   Pada mulanya seorang prokrastinator akan optimis dalam melaksanakan tugas, namun ketika akan melakukan tugas tersebut ada perasaan untuk menunda sementara waktu, mengingat waktu untuk menyelesaikannya masih lama sehingga pada akhirnya prokrastinator baru mengerjakan tugas saat mendekati *deadline*

2) Ada ketakutan untuk menyelesaikan

   Ketika menunda tugas, ada harapan yang muncul dari prokrastinator untuk menyelesaikan tugas tersebut. Namun mengingat waktu yang semakin mendekati *deadline* pada akhirnya muncul ketakutan untuk gagal dalam menyelesaikan sehingga lebih memilih untuk menundanya

3) Memilih melakukan aktivitas lain

   Seorang prokastinator memilih melakukan kegiatan yang lain untuk menghindari tugas yang sudah menjadi tanggung jawabnya, karena ada tekanan dalam diri seorang prokrastinator karena belum dapat menyelesaikan tugas. Kegiatan tersebut sebenarnya tidak ada hubungannya dengan

tugas yang harus diselesaikan namun kegiatan tersebut dapat memberikan kebahagiaan daripada harus menyelesaikan tugas yang dirasa berat oleh prokrastinator

4) Kesulitan dalam mengambil keputusan

   Ketika mendekati *deadline* prokrastinator akan kesulitan dalam mengambil keputusan untuk mengerjakan tugas atau tidak sama sekali untuk mengerjakannya. Jika mengerjakan tugas tentu hasilnya tidak maksimal namun jika memilih untuk tidak mengerjakan maka prokrastinator cenderung merelakan tugas tersebut dan akan berpikir masih ada kesempatan lain untuk berusaha menyelesaikannya. Namun prokrastinator akan mengulang kembali dan akhirnya pelaku terjebak dalam lingkaran prokrastinasi akademik

Dari paparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri seorang prokrastinator yang melakukan penundaan mengerjakan tugas antara lain, prokrastinator melakukan penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, prokrastinator terlambat dalam mengerjakan tugas, prokrastinator memiliki kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas lain daripada mengerjakan tugas, prokrastinator memiliki ketakutan untuk menyelesaikan, dan kesulitan dalam mengambil keputusan untuk mengerjakan tugas atau tidak sama sekali mengerjakan tugas tersebut.

Indikator Prokrastinasi Akademik

Di bidang akademik cukup sering terlihat secara langsung perilaku prokrastinasi di kalangan mahasiswa. Menurut Ferrari (dalam Fauziah, 2015) sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu dan diamati melalui ciri-ciri tertentu berupa: 1)

Penundaan untuk memulai menyelesaikan tugas yang dihadapi; 2) Keterlambatan dalam menyelesaikan dan mengumpulkan tugas, karena melakukan hal-hal lain yang tidak dibutuhkan; 3) Kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dan kinerja aktual; 4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan (seperti ngobrol, nonton, mendengarkan musik, jalan-jalan, dll).

Menurut Wyk (2004) terdapat tiga indikator prokrastinasi akademik, antara lain, *Vocious cycles* yaitu sebuah siklus yang diawali oleh penolakan terhadap tugas karena alasan malu kemudian menyebabkan pekerjaan terlantar yang akhirnya juga meningkatkan rasa malu dan umpan balik negatif terhadap pekerjaan juga akhirnya meningkatkan penundaan. Kedua adalah *Unrealistic sense of time,* memandang waktu secara berlebihan atau mengabaikan waktu sehingga rencana yang dibuat sering tidak realistis. *Dependence of inspiration,* sering berpikir besok aku akan mendapatkan *mood* yang lebih baik, dalam hal ini seseorang akan dapat bekerja dengan baik kalau sudah mendapatkan inspirasi dan kalau dikerjakan besok akan lebih terinspirasi. Selain ketiga indikator prokrastinasi ini, Wyk (2004) menambahkan bahwa masih ada beberapa indikator atau karakteristik prokrastinasi antara lain, *resistance, boredom, fear of failure, perfectionism, indecisiviness, last minute syndrome, lack of motivation for a task, fear of success, skill deficit, rebellion and resistance, feeling of inadequancy, disorganization, confusion, shame, discomfort, pride, hostility, habit, dealin e high.*

Karakteristik dan indikator seseorang yang melakukan perilaku prokrastinasi yaitu kurang dapat mengatur waktu, percaya diri yang rendah, menganggap diri terlalu sibuk jika harus mengerjakan tugas, keras kepala dalam artian menganggap orang lain dan menganggap tugas tidak dapat dilakukan tanpanya,

menjadi penundaan sebagai *coping* untuk menghindari tekanan, merasa dirinya sebagai korban yang tidak memahami mengapa tidak dapat mengerjakan sesuatu yang dapat dikerjakan orang lain (Ferrari, Johnson, & Mc Cown, 1995).

Dari penjelasan diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa indikator prokrastinasi akademik antara lain melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan, memandang waktu secara berlebihan atau mengabaikan waktu sehingga rencana yang dibuat sering tidak realistis, menganggap diri terlalu sibuk jika harus mengerjakan tugas, penundaan untuk memulai menyelesaikan tugas yang dihadapi, dan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas karena melakukan hal-hal lain yang tidak dibutuhkan

Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik salah satunya adalah motivasi berprestasi. Motivasi berprestasi dapat berkontribusi secara langsung pada penundaan akademik. Secara khusus motivasi adalah untuk mengejar kesuksesan dan menghindari kegagalan, maka jika seorang prokrastinator tidak dipengaruhi oleh motivasi berprestasi yang besar maka akan berdampak negatif pada penundaan akademis (Wang, He, & Li, 2013)

Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Fauziah (2015) antara lain, faktor internal (faktor psikis) dan faktor eksternal (faktor lingkungan).

a) Faktor internal (faktor psikis)
    1) Mahasiswa tidak mengerti tugas yang diberikan oleh dosen karena instruksi tugas-tugasnya tidak jelas

2) Tidak menguasai materi kuliah yang diberikan, hal tersebut berkaitan dengan cara dosen mengajar dikelas yaitu adanya dosen yang jarang masuk kelas namun sering memberikan tugas atau hanya sekedar presentasi tanpa adanya *feedback* dari dosen
3) Adanya rasa malas yang timbul dari dalam diri individu karena kurang motivasi sehingga sulit memulai untuk mengerjakan tugas-tugas kuliah, sehingga mengabaikan tugas
4) Tidak bisa mengatur waktu antara kuliah dengan kegiatan diluar kampus
5) Kurang berminat pada mata kuliah tertentu, berkaitan dengan dosen mengajar yaitu tidak adanya dosen yang tidak mengerti cara menyampaikan materi kuliah
6) *Mood* (suasana hati) mahasiswa merasa belum muncul.

b) Faktor eksternal (faktor lingkungan)
1) Tingkat kesulitan tugas yang diberikan, menganggap tugas terlalu rumit, tugasnya tidak dapat dipahami
2) Tidak ada fasilitas untuk mengerjakan semisal laptop rusak, tidak ada jaringan internet ataupun kuota habis
3) Kurang referensi karena sumbernya sulit dicari dan terbatas sehingga menyebabkan mahasiswa menunda mengerjakan tugas kuliah
4) Waktu pengumpulannya masih lama
5) Tidak ada *deadline*
6) Adanya kesibukan diluar kampus seperti rapat organisasi, acara keluarga, bekerja
7) Pengumpulan tugas, seperti tugas individu membuat bingung tugas mana yang harus didahulukan yang

pada akhirnya tugas dikerjakan mendekati waktu pengumpulan (*deadline*)

Menurut Jannah & Muis (2014) faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik antara lain yaitu menolak tugas serta malas, kecemasan, pencelakaan terhadap diri sendiri, rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan, pendekaran yang lemah terhadap tugas, kurangnya pernyataan yang tegas, permusuhan dengan orang lain, serta stres dan kelelahan.

Menurut Hayyinah (2004) faktor prokrastinasi tidak terlepas dari cara pandang individu terhadap terdahap keberadaan agama yang akhirnya membentuk sikap dalam kehidupannya. Religiusitas yang tinggi akan didapatkan, ketika individu dekat dengan Tuhan, yaitu Allah subhanahu wa ta'ala dengan cara-cara yang sudah dianjurkan dalam Islam, salah satunya adalah membuka pikiran individu melalui shalat dan mensucikan jiwa

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor–faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik meliputi faktor dari motivasi berprestasi, faktor internal psikis berupa *mood,* kurang memahami tugas dan kurang berminat pada mata kuliah atau tugas yang diberikan, faktor eksternal lingkungan berupa adanya kesibukan diluar kampus, tidak ada *deadline*, waktu pengumpulan masih lama, serta kecemasan, kurangnya pernyataan yang tegas, stress hingga kelelahan. Dari beberapa faktor tersebut tidak terlepas dari keberadaan agama yang akhirnya membentuk sikap individu dalam kehidupannya (religiusitas), Religiusitas yang tinggi akan didapatkan, ketika individu dekat dengan Tuhan, yaitu Allah subhanahu wa ta'ala dengan cara-cara yang sudah dianjurkan dalam Islam, salah satunya adalah membuka pikiran individu melalui shalat dan mensucikan jiwa salah satunya adalah dengan memahami diri melalui muhasabah diri

Konsep Muhasabah Diri

Menurut pemikiran Al-Ghazali dalam kitab *Ihya' Ulumiddin* tentang petunjuk atau isyarat tentang muhasabah terhadap perbuatan-perbuatan di masa lalu. Kemudian Sayidina Umar mengatakan bahwa "*bermuhasabahlah kalian terhadap diri kalian sebelum kalian di hisab (di hari akhir), dan timbanglah (amal perbuatan) diri kalian sebelum kalian ditimbang (di hari akhir) .* Didalam karya Imam Al-Ghazali, *Mukhtasar Ihya' Ulumiddin* yang telah diterjemahkan menyatakan bahwa keimanan terhadap penghisaban pada hari kiamat mewajibkan disegerakan koreksi diri dan persiapan. Allah berfirman dalam QS. Al-Anbiya:47 yang artinya "Dan Kami akan memasang timbangan yang tepat pada hari kiamat maka tidak seorang pun dirugikan walau sedikit, sekalipun hanya seberat biji sawi, pasti Kami mendatangkannya (pahala). Dan cukuplah Kami yang membuat perhitungan (Al-Ghazali, 2008).

Muhasabah diri ialah memeriksa apa yang sudah berlalu dalam hal buruk maupun baiknya perjalanan manusia sebelum nanti dia akan dihisab, dihitung, atau ditimbang apabila dia berhadapan dengan Tuhan. Inilah sikap yang diambil oleh banyak tasawuf dan menghisab diri di dunia itu dari hal apa yang sudah dibuatnya, jika ada yang tidak betul dibetulkan segera di masa hidupnya di dunia supaya apabila dia berdiri di hadapan Tuhan, semua perkara sudah bersih sama ada dilakukan dengan menebus kesalahannya atau dia memohon pengampunan dari siapa yang boleh mengampunkan, jika dia hak manusia kepada manusia itu, dan jika dia hak Tuhan kepada Tuhannya (Imam Al-Ghazali, 2005).

Dalam buku Ibadah hati karya Afrizal (2008) Imam Al-Ghazali menganjurkan empat cara yang bisa digunakan dalam

bermuhasabah diri agar setiap manusia dapat mengetahui kekurangan diri sendiri. Empat cara tersebut antara lain :

1) Duduk di hadapan seorang syaikh yang bisa melihat aib dan kekurangan diri, minta pengarahan dari syaikh untuk menunjukkan kekurangan yang ada sekaligus meminta solusi bagaimana menutupi kekurangan-kekurangan tersebut
2) Meminta kepada teman yang jujur dan baik dalam beragama untuk mengawasi dan mengingatkannya serta menunjukkan kepadanya kekurangan dirinya. Demikianlah kebiasaan yang dilakukan oleh orang – orang shalih dan para ulama
3) Memanfaatkan lidah para musuh. Orang yang di hatinya ada kedengkian dan permusuhan akan selalu mencari-cari kekurangan orang yang dimusuhinya. Hal ini bisa dimanfaatkan untuk mengetahui celah-celah diri dan kemudian memperbaikinya. Musuh yang selalu dapat menunjukkan dan memberikan masukan tentang kekurangan diri jauh lebih bermanfaat daripada teman yang hanya bisa memuji dan membenarkan diri setiap tindakan
4) Memperluaskan pergaulan dan interaksi. Seorang mukmin adalah cermin saudaranya. Dia dapat memperhatikan tingkah laku orang-orang yang ada di sekitarnya untuk memperbaiki dirinya. Apa yang baik dicontohnya dan apa yang buruk dari perilaku mereka segera ditinggalkannya

Dari uraian diatas dapat dilihat bahwa konsep muhasabah diri menurut Imam Al-Ghazali adalah melakukan perhitungan kepada diri sendiri sebelum maupun setelah mengerjakan sesuatu hal baik yang terlihat pada zahir maupun terlintas pada batin.

Tujuan muhasabah diri yaitu mengintrospeksi kembali apa yang telah dilakukan agar mendapat manfaat dari amalan-amalan dan dapat memperbaiki amalan-amalan yang kurang sempurna sehingga akan membuahkan rasa tanggung jawab di hadapan Allah, di hadapan manusia dan di hadapan jiwa yang dibebani dengan beban-beban syariat berupa perintah dan larangan. Dengan muhasabah diri manusia akan memahami bahwa dirinya ada bukan untuk sesuatu yang sia-sia bahkan dia akan kembali kepada Allah (Isa, 2005).

Berikut rancangan pelatihan prokrastinasi mahasiswa melalui muhasabah diri yang akan dilaksanakan:

Sesi	Tujuan	Prosedur Kegiatan	Waktu	Alat & Bahan
Tak kenal maka *Ta'aruf*	1. Membantu peserta saling mengenal satu sama lain 2. Menciptakan suasana yang hangat sebagai pembukaan 3. Membantu peserta untuk terlibat aktif, komunikatif, dan interaktif selama berjalannya kegiatan 4. Membantu peserta menumbuhkan semangat untuk mengikuti pelatihan dari awal hingga akhir 5. Membantu peserta mendesain suasana hati dengan perasaan enjoy dan menyenangkan	1. Fasilitator menyapa peserta dengan hangat dan meperkenalkan dirinya (7') 2. Fasilitator langsung mengajak peserta bermain **game *ta'aruf*** (13') Game *ta'aruf* bertujuan untuk saling mengenalkan diri masing-masing kepada peserta lainnya. Caranya adalah dengan membentuk kelompok laki-laki dan kelompok perempuan berjajar. kemudian memainkan *fun games* Tono-Tini, dari *fun games* tersebut yang salah akan diminta maju kedepan dan memperkenalkan dirinya	20 menit	Mic dan Speaker

Mengenali tanggung jawab	1. Membantu peserta mengenali tugasnya sebagai mahasiswa 2. Membantu peserta untuk terlibat komunikasi interaktif tentang tugas tugas MKP 3. Membantu peserta untuk menumbuhkan motivasi belajar serta berkomitmen untuk melaksanakan tugas-tugasnya 4. Membantu peserta untuk berpikiran positif tentang manfaat melaksanakan tugas tugas praktikum	1. Fasilitator memberikan materi tentang "**Mahasiswa & Amanah**" (25') 2. Fasilitator memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya tentang materi yang dipaparkan kemudian peserta dan fasilitator saling berdiskusi (10') 3. Fasilitator membagi peserta menjadi kelompok-kelompok kecil (@2-3 orang) dan meminta masing-masing peserta saling sharing tentang pengalamannya menjadi mahasiswa Mata Kuliah Praktikum serta kendala-kendala yang mereka hadapi, peserta saling memberikan solusi terhadap masalah yang dialami rekannya (15') 4. Fasilitator berkeliling dalam tiap-tiap kelompok untuk memantau dan menampung semua keluhan- keluhan peserta (10')	60 menit	1. LCD – Laptop – Speaker – Mic 2. Papan tulis, spidol dan penghapus 3. Alat tulis menulis : blocknote, pulpen, *worksheet*
Pemahaman diri	1. Peserta menyadari sepenuhnya akan kesalahan dan kekeliruan yang telah dilakukan selama menjadi mahasiswa praktikum 2. Peserta mendapatkan secercah harapan akan dtaangnya keajaiban bahwa masalah akan bisa diatasi atas potensi dirinya 3. Peserta menjadi bertambah optimis bahwa apa yang di inginkannya bisa tercapai	1. Fasilitator mengajak peserta untuk relaksasi diri (20') 2. Fasilitator menanyakan hal apa saja yang perlu dipersiapkan untuk mencapai tujuan sebagai mahasiswa praktikum (10') 3. Menggiring peserta untuk menyusun daftar hal-hal yang perlu dirubah dan memperbaiki diri selama menjadi mahasiswa praktikum (10') 4. Fasilitator terlebih dahulu melakukan bimbingan spiritual agama Islam dengan menjelaskan ayat dan hadist yang mengandung isi tentang motivasi masa depan, serta peluang mendapatkan anugerah dan mukjizat dari Allah berupa pertolongan kepada peserta agar dapat mengatasi permasalahan prokrastinasi selama menjadi mahasiswa praktikum.	55 menit	1. LCD – Laptop – Speaker – Mic 2. Kertas HVS – Bolpoin

	"*Bagi Allah SWT, tidak ada yang tidak mungkin teratasi jika peserta mau berusaha dan berdoa meminta kepada-Nya*" (5') 5. Fasilitator memberikan pertanyaan • "Apa yang akan terjadi bila mukjizat pertolongan Allah benar-benar datang untuk peserta?" • "Bagaimana persanaan peserta seketika masalah telah terselesaikan yaitu perilaku prokrastinasi berkurang hingga hilangnya perilaku prokrastinasi tersebut berkat usaha gigih dan tidak putusnya harapan akan datangnya pertolongan Allah SWT kepada peserta?" (10') Pertanyaan tersebut akan mengarahkan peserta agar menyadari bahwa manusia diwajibkan untuk berikhtiar, kelemahan yang ada pada dirinya bukan untuk terus menerus disesali, dan sangat mungkin tujuan dan cita-citanya akan segera terwujud dengan mengurangi perilaku prokrastinasi. Tahapan ini menjadi sangat penting karena bisa sangat memungkinkan peserta bangkit melampaui pikiran yang terbatas, negatif, dan hanya memikirkan aktivitas yang menyenangkan saja, sehingga mereka bisa mengembangkan solusi sendiri sesuai imajinasi dan harapannya

Goal Setting	1. Membantu peserta menumbuhkan motivasi dan tujuan hidup melalui langkah menjadi mahasiswa praktikum 2. Membantu peserta membentuk "mental besi" untuk menghadapi tekanan di dunia perkuliahan	1. Fasilitator meminta peserta menuliskan timeline kehidupan dari tahun yang lalu hingga tahun sekarang dengan menuliskan apa yang pernah ia capai dan pernah gagal selama berada di dunia perkuliahan (terutama saat menjadi mahasiswa praktikum) (10) 2. Fasilitator mengajak peserta bermain game "**pohon harapan**" (ilustrasi pohon kelapa) Awalnya fasilitator menggambar sebuah pohon di kertas karton besar seukuran papan tulis. Fasilitator mengilustrasikan bagian batang pada pohon merupakan kehidupannya saat ini sedangkan bagian mahkota adalah masa depan mereka yang harus diperjuangkan dari sekarang. Kemudian meminta peserta menuliskan cita-citanya di kertas warna-warni di pohon harapan. Game ini bertujuan untuk menumbuhkan motivasi berprestasi pada peserta pelatihan (15') 3. Fasilitator menjelaskan hikmah dari game "pohon harapan" kemudian menayangkan video orang sukses yang berawal dari harapan-harapan terdahulu (5') 4. Fasilitator mengajak peserta membuat mindmap hidup dengan akar utama adalah mencapai tujuan atau cita-cita yang di inginkan (20') 5. Fasilitator menguatkan motivasi peserta dengan mengajak peserta menuliskan mimpi 5 tahun kedepan menjadi apa (10')	60 menit	1. LCD – Laptop – Speaker – Mic 2. Alat tulis menulis : *blocknote*, pulpen, *worksheet* 3. Karton
Evaluasi	Mengevaluasi pelaksanaan kegiatan agar dapat disempurnakan	1. Peserta mengisi lembar evaluasi yang telah disediakan (5') 2. Fasilitator mempersilahkan setiap peserta mengemukakan kesannya selama mengikuti pelatihan serta masukan-masukan untuk penyempurnaan rancangan pelatihan selanjutnya(15') 3. Fasilitator menutup pelatihan dengan mengucapkan terima kasih kepada peserta atas partisipasinya selama pelatihan berlangsung, kemudian pelatihan ditutup dengan doa (5)		1. LCD – Laptop – Speaker – Mic 2. Alat tulis menulis : *blocknote*, pulpen, *worksheet*

Kesimpulan

Bagi peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian dengan tema serupa, diharapkan dapat meningkatkan variasi metode dan meneliti efektivitas penanganan prokrastinasi melalui muhasabah diri pada mahasiswa agar dapat diterapkan secara terus menerus dalam jangka yang panjang

Bagi mahasiswa, penanganan prokrastinasi melalui muhasabah diri diharapkan dapat mengurangi dan/atau menghilangkan perilaku prokrastinasi mahasiswa dalam mengerjakan tugas praktikum, dengan penanganan melalui muhasabah diri diharapkan dapat menolong mahasiswa yang sudah terlanjur memiliki kebiasaan untuk melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas praktikum, hingga penanganan melalui muhasabah diri ini diharapkan dapat meningkatkan kompetensi mahasiswa yang tidak memiliki perilaku prokrastinasi mengerjakan tugas praktikum

Daftar Pustaka

Afrizal, L. H. (2008). *Ibadah hati.* Jakarta Timur: Hamdalah.

Al-Ghazali. (2008). *Terjemahan mukhtashar ihya' ulumiddin.* Bandung: PT Mizan Pustaka.

Burka, J.B., & Yuen, L.M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do it now.* America: Da Capo Press.

Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi, 2*(2), 125.

Ferrari, J.R., Johnson, J.L., & Mc Cown , W.G. (1995). *Procrastination and task avoidance theory, research, and treatment.* New York: Plenum Press.

Gafni, R., & Geri, N. (2010). Time management : Procrastination tendency in individual and collaborative tasks. *Interdisciplinary Journal of Information, Knowledge, and* Management, *5,* 115-125.

Hayyinah. (2004). Religiusitas dan prokrastinasi akademik mahasiswa*. Jurnal Psikologika, 17,* 31-41

Imam Al-Ghazali. (2005). *Penyingkapan hati kepada rahasia-rahasia ilahi.* Singapura: Pustaka Nasional.

Isa, A. Q. (2005). *Hakekat Tasawuf.* Jakarta: Qisthi Press.

Jannah, M., & Muis, T. (2014). Prokrastinasi akademik (perilaku penundaan akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNiversitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA, 4*(3).

Novritalia, K., & Maimunnah, S. (2014). perilaku prokrastinasi akademik siswa akselerasi dengan reguler sekolah menengah pertama. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 2*(1).

Wang, N., He, P., & Li, Q. (2013). The relationship between postgraduates' academic procrastination and psychodynamic variables. *International Conference on Education, Management and Social Science (ICEMSS), 57.*

Wyk, L.V. (2004). *The relationship between procrastination and stress in the life of the high school teacher.* Thesis

BAB 18

Pendidikan Iman

Harmaini
Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau
harmaini@uin-suska.ac.id

Sebuah fenomena yang banyak ditemui seseorang dalam menuntut ilmu diberbagai bidang disiplin ilmu, setelah mendapatkan ilmu malas untuk beribadah. Dan yang paling banyak adalah, mereka memilih profesi dalam bidang ilmu tersebut dan menekuni ilmu itu hanya untuk menambah kekayaan, menambah gengsi di dunia dan untuk meningkat strata di tengah-tengah masyarakat. Cara pandang demikian dapat dinilai kurang beradab. Sebab melepaskan dimensi keTuhanan dalam aktivitas keilmuan. Cara pandang ini sangat rawan menjadikan ilmuan yang 'menghalalkan' segala cara dalam aktivitasnya. Persoalan krusial lainnya, baik guru maupun pelajar Muslim belum mengetahui ilmu-ilmu yang masuk kategori fardhu 'ain dan mana ilmu yang masuk kelompok fardhu kifayah.

Ilmu fardhu 'ain adalah ilmu yang wajib bagi tiap-tiap individu Muslim untuk mengetahuinya. Cakupan ilmu fardhu'ain yang berkenaan dengan *i'tiqad* (keyakinan). Ilmu-ilmu yang menyelamatkan dari keraguan (*syakk*) iman. Sedangkan ilmu fardhu kifayah adalah ilmu yang wajib dipelajari oleh sebagian

masyarakat Islam, bukan seluruhnya. Dalam fardhu kifayah, kesatuan masyarakat Islam secara bersama memikul tanggung jawab kefardhuan untuk menuntutnya (Hamka, 1983).

Pendidikan Islam adalah usaha secara sistematis dan pragmatis untuk mengubah tingkah laku individu secara menyeluruh dan membantunya agar bisa hidup sesuai dengan ajaran Islam, dan menumbuhkan manusia Muslim sempurna, melalui berbagai macam latihan dalam berbagai aspeknya. Landasan atau fondasi utama dalam pendidikan Islam tidak lain adalah Al-Qur'an dan As-Sunnah. Bila dikaji lebih mendalam, sesungguhnya pilar-pilar pendidikan Islam itu dibangun atas dasar tauhid (iman), berorientasi akhlak mulia, dan fithrah manusia.

Tujuan pendidikan, menurut HAMKA (1984), memiliki dua dimensi, yakni bahagia di dunia dan bahagia di akhirat. Untuk mencapai tujuan tersebut, manusia harus menjalankan tugasnya dengan baik, yaitu beribadah. Oleh karena itu, segala proses pendidikan pada akhirnya bertujuan agar dapat menuju dan menjadikan anak didik sebagai abdi Allah. Dengan demikian, tujuan pendidikan Islam, menurut HAMKA, sama dengan tujuan penciptaan manusia itu sendiri, yakni untuk mengabdi dan beribadah kepada Allah.

Mengacu pada tujuan pendidikan menurut Hamka diatas, maka seseorang akan dapat mengabdi dengan baik dan benar, apabila iman yang ada dalam dirinya adalah Iman yang benar dan sebenar-benarnya iman. Ungkapan yang bagus dari buya Hamka tentang "Iman tanpa ilmu bagaikan lentera di tangan bayi. Namun ilmu tanpa iman, bagaikan lentera di tangan pencuri. Begitu pentingnya Iman pada diri seseorang yang menuntut ilmu. Iman tidak hanya bersifat teosentris tapi iman juga harus yang membumi (antroposentris) (Damami, M, , 2012).

Ilmu adalah pengetahuan tentang sesuatu bidang yang disusun secara bersistem menurut metode-metode tertentu yang dapat digunakan untuk menerangkan gejala-gejala tertentu dibidang (pengetahuan) . Iman adalah keyakinan dalam hati yang diikrarkan dengan lisan dan diwujudkan dengan perbuatan. Allah berkata dalam surat Al – Mujaadalah ayat 11 yang artinya

> *"Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan".*

Dalam ayat di atas menjelaskan bahwa bahwa orang – orang yang mempunyai ilmu dan mempunyai iman akan diangkat derajatnya. Ini menunjukkan bahwa iman dan ilmu harus seimbang. Jika antara ilmu dan iman tidak seimbang maka akan menimbulkan kerugian. Ilmu tanpa iman pincang, jika orang yang mempunyai ilmu tanpa dilandasi iman maka akan rugi. Ilmu yang berkualitas dan membawa keberkahan adalah ilmu yang dilandasi keimanan, diamalkan dalam kehidupan dengan tujuan untuk membangun agama dan meningkatkan keimanan. Ketika iman hadir, memenuhi hati, memang ibarat seseorang yang sedang jatuh cinta. Sementara iman sendiri adalah cinta yang menggelora pada Dzat yang Maha Tinggi. Maka tak heran ketika Tsauban datang menghadap Nabi dengan raut muka yang sedih, terlihat jelas baru saja menangis. "Mengapa engkau menangis ya, Tsauban?" tanya Rasulullah. Tsauban menjawab, "Saya menangis karena saya terpisah dari engkau satu malam, saya rasakan seakan-akan berpisah satu tahun, sehingga mataku tidak mau tertidur, aku ingat kepada engkau saja, lalu dan berkata dalam hati. Jika

mataku tidak mau tidur karena terpisah satu malam saja di dunia ini, bagaimanalah nanti di akhirat ketika engkau berkedudukan bersama Nabi-Nabi dan rasul-rasul sedangkan aku sendiri kalau diizinkan Allah masuk surga tentu tempat tinggalku jauh daripada tempat tinggalmu, tentu di waktu itu kita tidak akan bertemu lagi, ya Rasulullah?" Tsauban menangis dan Rasulullah pun menangis. Begitulah kuatnya pengaruh Iman pada seseorang, iman bisa sebagai motivator, iman dorongan untuk berkurban demi tujuan dan iman sebagai benteng dari pengaruh buruk yang merusak diri.

Dalam upaya membentuk manusia Muslim yang sempurna, salah satu materi pokok, bahkan yang paling utama dan pertama dalam urutan prioritas pendidikan Islam adalah tentang pendidikan iman. Pendidikan yang pertama dan utama ini dilakukan sebagai upaya pembentukan keyakinan kepada Allah yang diharapkan dapat melandasi sikap, tingkah laku dan kepribadian seorang pelajar muslim. Disebutkan di dalam Alqur'an, yang artinya:

> "*Dan ingatlah ketika Luqman berkata kepada anaknya di waktu ia memberikan pelajaran kepada anaknya. Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya memperekutukan Allah adalah benar-benar kezaliman yang besar".* (QS. Luqman: 13).

Imam Ash Shobuni (2008) menafsirkan *lâ tusyrik billâh* dengan menyatakan, "Jadilah orang yang berakal; jangan mempersekutukan Allah dengan apa pun, apakah itu manusia, patung, ataupun anak." Beliau menafsirkan *inna asy-syirka lazhulm*[*un*] *'azhîm* dengan menyatakan, "Perbuatan syirik merupakan sesuatu yang buruk dan tindak kezhaliman yang nyata. Karena itu, siapa saja yang menyerupakan antara Khalik dengan makhluk, tanpa ragu-ragu, orang tersebut bisa dipastikan masuk ke dalam golongan manusia yang paling bodoh. Sebab, perbuatan

syirik menjauhkan seseorang dari akal sehat dan hikmah sehingga pantas digolongkan ke dalam sifat zalim; bahkan pantas disetarakan dengan binatang. Dalam Tafsir fizhilalil Qur'an, Sayid Quthb (2004) menafsirkan Qur'an Surat Luqman di atas bahwa Luqman al-Hakim mengarahkan kepada anaknya dengan nasihat yang mengandung hikmah kebijaksanaan. Nasihat tersebut tidak mengandung tuduhan, akan tetapi mengandung persoalan ketauhidan.

Pelajaran yang bisa diambil dari surat Luqman ayat 13 mencakup dua hal. *Pertama*, pelajaran bagi orangtua atau guru dalam mendidik anak-anaknya yaitu tentang aqidah (keimanan) dan bersyukur kepada Allah. *Kedua*, pelajaran kepada seorang anak dalam berbakti kepada orangtua ataupun guru, yaitu berupa akhlak mulia, yakni sifat-sifat mulia yang harus menghiasi kepribadian anak. Di antaranya sabar (atas segala ujian dan cobaan), tidak berlaku sombong terhadap sesama manusia, tidak bersikap angkuh, sederhana dalam berjalan, dan lunak dalam bersuara.

Tentang Iman

Dalam bahasa Indonesia (Poerwadarminta, 1990) iman adalah kepercayaan, keyakinan, ketetapan hati atau keteguhan hati. Dalam bahasa arab, terminologi iman berasal dari Bahasa Arab dari kata dasar *amana yu'minu – imanan*. Artinya beriman atau percaya. Percaya dalam Bahasa Indonesia artinya meyakini atau yakin bahwa sesuatu (yang dipercaya) itu memang benar atau nyata adanya. Iman dapat dimaknai *iktiraf*, membenarkan, mengakui, pembenaran yang bersifat khusus. Dalam Bahasa inggris *Faith, yaitu to know, to believe, to be convinced beyond the last shadow of doubt* (mengetahui, mempercayai, meyakini) yang

didalamnya tidak terdapat keraguan apapun (Izutzu, Toshihiko. 1994). Bila kita perhatikan penggunaan kata Iman dalam Al Qur'an, akan mendapatinya dalam dua pengertian dasar, yaitu (Khalid, A.RA, 1996):

1. Iman dengan pengertian membenarkan (التصديق) adalah membenarkan berita yang datangnya dari Allah dan RasulNya. Dalam salah satu hadist shahih diceritakan bahwa Rasulullah ketika menjawab pertanyaan Jibril tentang Iman yang artinya bahwa yang dikatakan Iman itu adalah engkau beriman kepada Allah, malaikatNya, kitab-kitabNya, Rasul-rasulNya, hari kiamat dan engkau beriman bahwa Qadar baik dan buruk adalah dari Allah SWT.
2. Iman dengan pengertian amal atau beriltizam dengan amal :segala perbuatan kebajikan yang tidak bertentangan dengan hukum yang telah digariskan oleh syara

Imam Yusuf al-Qaradhawi (1997) iman itu bukanlah semata-mata pernyataan seseorang dengan lidahnya, bahwa dia orang beriman (mukmin). Iman itu bukan pula semata-mata pelaksanaan seseorang terhadap berbagai amal dan syi'ar yang biasa dilakukan oleh orang-orang beriman, Iman itu bukan pula semata-mata pengetahuan kognitif terhadap hakikat-hakikat keimanan. Jadi, pada hakikatnya, iman bukanlah sekedar kerja lisan, bukan pula sekedar kerja fisik, dan bukan pula kerja pikiran. Iman itu mesti memiliki daya tangkap pikiran, yang dengannya berbagai hakikat wujud dapat tersingkap olehnya sebagaimana adanya dalam kenyataannya. Dan ketersingkapan ini tidak bisa terjadi kecuali melalui wahyu Tuhan yang bersifat ma'shum (terjaga dari kesalahan). Pengetahun dan ketundukan itu mestilah diikuti oleh cita rasa hati yang membara, yang membangkitkan

energi untuk mengamalkan berbagai konsekuensi aqidah, untuk komitmen dengan prinsip-prinsip aqidah, baik yang bersifat akhlak, maupun prilaku, dan berjihad di jalan aqidah itu dengan mengorbankan harta dan nyawa.

Hamka menegaskan dalam kitab tafsir al Azhar (2005) , bahwa iman adalah ucapan (*al qawl*) dan perbuatan (*al amal*), sehingga didefinisikan iman itu "Iman itu adalah kata dan perbuatan, lantaran itu ia bisa bertambah dan berkurang. Iman memiliki prinsip dasar segala isi hati, ucapan dan perbuatan sama dalam satu keyakinan, maka orang - orang beriman adalah mereka yang di dalam hatinya, disetiap ucapannya dan segala tindakanya sama, maka orang beriman dapat juga disebut dengan orang yang jujur atau orang yang memiliki prinsip. atau juga pandangan dan sikap hidup. Firman Allah dalam Q.S An nisa ayat 136 :

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ ءَامِنُواْ بِٱللَّهِ وَرَسُولِهِۦ وَٱلْكِتَٰبِ ٱلَّذِى نَزَّلَ عَلَىٰ رَسُولِهِۦ وَٱلْكِتَٰبِ ٱلَّذِىٓ أَنزَلَ مِن قَبْلُ ۚ وَمَن يَكْفُرْ بِٱللَّهِ وَمَلَٰٓئِكَتِهِۦ وَكُتُبِهِۦ وَرُسُلِهِۦ وَٱلْيَوْمِ ٱلْءَاخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَٰلًۢا بَعِيدًا ﴿١٣٦﴾

"Wahai orang-orang yang beriman, tetaplah beriman kepada Allah dan Rasul-Nya dan kepada kitab yang Allah turunkan kepada Rasul-Nya serta kitab yang Allah turunkan sebelumnya. Barangsiapa yang kafir kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, rasul-rasul-Nya, dan hari kemudian, maka sesungguhnya orang itu telah sesat sejauh-jauhnya"

Orang yang beriman kepada Allah adalah orang yang rela mengorbankan jiwa dan raganya untuk mewujudkan harapan atau kemauan yang dituntut oleh Allah Swt kepadaNya. Memang sulit membuktikan bahwa Allah itu ada. Tapi jika kita melihat

pesawat terbang, mobil, TV, dan lain-lain, sangat tidak masuk akal jika kita berkata semua itu terjadi dengan sendirinya. Pasti ada pembuatnya. Begitu pula langit, bumi, bintang, matahari, manusia, dan ciptaan Allah Yang lain lain-lain. Tentu ada yang membuatnya, yaitu Allah!. Karena kita tidak bisa melihat Tuhan, bukan berarti Tuhan itu tidak ada. Tuhan ada. Meski kita tidak bisa melihatNya, tapi kita bisa merasakan ciptaannya." Pernyataan bahwa Allah itu tidak ada hanya karena panca indera manusia tidak bisa mengetahui keberadaan Tuhan adalah pernyataan yang keliru. Berapa banyak benda yang tidak bisa dilihat atau didengar manusia, tapi pada kenyataannya benda itu ada. Betapa banyak benda langit yang jaraknya milyaran, bahkan mungkin trilyunan cahaya yang tidak pernah dilihat manusia, tapi benda itu sebenarnya ada. Berapa banyak zat berukuran molekul, bahkan nukleus (rambut dibelah 1 juta), sehingga manusia tak bisa melihatnya, ternyata benda itu ada. Manusia baru bisa melihatnya jika meletakkan benda tersebut di bawah mikroskop yang amat kuat (Abu Bkar Jabir al-Jazairi, 1978). Jika untuk mengetahui keberadaan ciptaan Allah saja manusia sudah mengalami kesulitan, apalagi untuk mengetahui keberadaan Sang Maha Pencipta.

Iman memang mempercayai suatu yang ghaib, tentang yang ghaib (Hamka, 1983) tanda orang yang beriman adalah:

1. percaya pada ghaib. Iman yang berarti percaya, yaitu pengakuan hati yang terbukti dengan perbuatan yang diucapkan oleh lidah menjadi keyakinan hidup. Maka *iman* akan yang *ghaib* itulah tanda pertama atau syarat pertama dari iman. Iman apa bila dihubungkan dengan manusia, maka dua coraknya: *pertama* orang yang hanya percaya kepada benda yang nyata, dan tidak mengakui bahwa ada pula di balik kenyataan ini sesuatu yang lain. Mereka tidak percaya ada

Tuhan atau Malaikat, dan dengan sendirinya mereka tidak percaya akan ada lagi hidup akhirat itu.

2. Orang-orang yang percaya bahwa di balik benda yang nampak ini, ada lagi hal-hal yang *ghaib*. Bertambah banyak pengalaman dalam arena penghidupan, bertambah mendalamlah kepercayaan mereka kepada Yang *ghaib* itu. Sabda Raulullah SAW:

   "Berkata dia (Abu Jum'ah al-Anshari): Aku bertanya ya Rasulullah! Adakah suatu kaum yang lebih besar pahalanya dari pada kami padahal kami beriman kepada engkau dan kami mengikuti akan engkau? Berkatalah beliau: Apalah akan halangannya bagi kamu (buat beriman kepadaku), sedang Rasulullah ada di hadapan kamu, dan datang kepada kamu wahyu (langsung) dari langit. Tetapi akan ada lagi suatu kaum yang akan datang, sesudah kamu, datang kepada mereka Kitab Allah yang ditulis di antara dua Luh, maka merekapun beriman kepadaku dan mereka amalkan apa yang tersebut di dalamnya. Mereka itu adalah lebih besar pahalanya daripada kamu" (HR. Imam Ahmad, ad-Darimi, al-Baqawardi dan Ibnu Qani).

3. Seiring dan sejalannya antara keyakinan dalam hati, mulur dengan perbuatan. Segala apa yang diperintahkan Allah dan Rasulnya dipatuhinya, dan segala yang dilarangnya dijauhinya.

Tingkat keimanan seseorang tidaklah sama, ada sangat kecil, sedang dan ada yang tinggi. Tingkatan ini akan menentukan seiring sejalannya iman dan perbuatan. Dalam dunia pendidikan, iman tidak hanya hanya pada tataran pengetahuan, tapi harus sampai pada penghayatan dan pengamalan . Ketiga unsur tersebut dilakukan seluruh unsur (orang) dalam lembaga pendidikan. Guru sebagai pendidik harus bisa menyesuaikan kondisi psikologis siswa, khususnya tentang perkembangan siswa. Tingkat keimanan mungkin tidaklah sama kualitas dibandingkan dengan

orang dewasa. Kualitas yang dimaksud adalah kekhusyukan dan ketawadhu'anya. Hal ini perlu diperhatikan karena setiap tingkat perkembangan manusia tidaklah sama pada semua sisi kuantitas dan kualitas (Arthur Reber, 2002). Standar normatif bisa disamakan tapi indikator pada standar norma bisa jadi berbeda (UNESCO-UNEVOC, 2005). Contoh yang dapat disajikan adalah orang dewasa melaksanakan sholat tahajud dikategorikan tingkat keimanan baik, tapi jangan dikategorikan siswa tidak sholat tahajud tidak beriman baik. Orang dewasa mengerjakan sholat sunat rawatib dikategorikan imannya baik, siswa tidak melaksanakan sholat sunat rawatib tidak beriman baik.

Pendidikan Iman

Dalam bahasa Arab, tauhid berarti beriman pada ke-Esaan Allah. Iman berarti pengetahuan (*knowledge*), percaya (*belief, faith*) dan yakin tanpa bayangan keraguan (*to be convinced beyond the last shadow of doubt*). Menurut Muhammad bin Abdul Wahab (Amin an-Najar, 2003), secara istilah pengertian Tauhid : Tauhid adalah meyakini keesaaan Tuhan, menganggap hanya ada satu Tuhan, yaitu Allah *Rabbul alamin.* Tidak ada yang disebut Tuhan. Atau dianggap sebagai Tuhan, atau dinobatkan sebagai Tuhan, selain Allah SWT (Al-Baqiy, Muhammad Fu'ad 'Abd. 1992). . Jadi semua yang ada di alam semesta ini, adalah makhluk belaka. Lain tidak. Tidak boleh ada kepercayaan yang menyelinap dalam hati, bahwa selain-Nya ada yang pantas atau patut buat dipertuhan. Pula nama Tuhan selain Allah, wajib tidak ada. Jika masih ada sedikit saja kepercayaan selain-Nya, harus segera dikikis habis. Inilah yang disebut kepercayaan monoteisme. Yakni hanya percaya pada satu Tuhan.

Dengan demikian, tauhid adalah iman dan iman adalah kepercayaan yang teguh yang timbul akibat pengetahuan dan keyakinan (Assegaf, 2011). Adapun orang yang mengetahui, dan percaya secara mantap kepada Allah Swt disebut sebagai mukmin. Rasa iman ini akan menuntun orang tersebut untuk bersikap taat, tunduk, patuh, pasrah dan takwa kepada Allah Swt. Orang dengan karakteristik seperti ini di sebut sebagai muslim (Jeldi, 2012). Dalam Al Qur'an terdapat banyak ajaran yang berkenaan dengan kegiatan atau usaha pendidikan tauhid. Misalnya dalam surat Luqman ayat 13, menerangkan kisah Luqman yang mengajari anaknya tentang tauhid. Hai anakku, janganlah kamu menyekutukan Allah. Sesungguhnya mempersekutukan Allah itu adalah aniaya yang besar. Firman Allah dalam QS. Luqman : 13:

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ ۖ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ

Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: «Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar»

Pada hakikatnya pendidikan tauhid adalah pendidikan yang berhubungan dengan kepercayaan akan adanya Allah dengan keesaan-Nya, sehingga timbul dalam ketetapan dalam hati untuk tidak mempercayai selain Allah. Kepercayaan itu dianut karena kebutuhan (fitrah) dan harus merupakan kebenaran yang ditetapkan dalam hati sanubarinya (Mubarok, A. 2003). Hadist Rasulullah SAW dari Abu Huraira, ia berkata : Rasulullah saw. "tidak ada seorang anak pun kecuali dilahirkan dalam keadaan

fitrah (suci), maka orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, dan Majusi. (HR. Muslim)

Pendidikan tauhid adalah mengikat anak dengan dasar-dasar keimanan sejak ia mengerti, membiasakannya dengan rukun Islam sejak ia memahami, dan mengajarkan dasar-dasar syari'at kepadanya sejak ia memasuki usia tamyiz. (Zuhairini, 1994). Pendidikan tauhid yang juga berarti membimbing atau mengembangkan potensi (fitrah) manusia dalam mengenal Allah ini. Dalam pendidikan akan ada unsur penanaman keikhlasan pada diri seseorang dalam setiap tindakan atau perbuatan pengabdiannya. Sehingga, manusia akan senantiasa berserah diri hanya kepada Allah atas segala karunia baik ataupun buruk yang menimpanya dalam hidup.

Proses terbentuknya iman dalam diri seseorang didahului oleh pengetahuan seseorang tentang Sang Pencipta. Artinya, iman itu dapat diperoleh melalui proses berfikir, perenungan mendalam, atau penelitian terhadap alam semesta. Firman Allah dalam Ali Imran ayat 190-191

إِنَّ فِي خَلْقِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَٱخْتِلَٰفِ ٱلَّيْلِ وَٱلنَّهَارِ لَأَيَٰتٍ
لِّأُو۟لِى ٱلْأَلْبَٰبِ ﴿١٩٠﴾ ٱلَّذِينَ يَذْكُرُونَ ٱللَّهَ قِيَٰمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ
وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَٰذَا
بَٰطِلًا سُبْحَٰنَكَ فَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ ﴿١٩١﴾

"Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang yang berakal, yaitu orang-orang yang mengingat Allah Swt sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan

tentang penciptaan langit dan bumi seraya berkata: Ya Tuhan kami, tiadalah engkau menciptakan ini dengan sia-sia. Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka (QS. Ali Imran: 190191-).

Dengan demikian, iman seseorang tidak tumbuh dengan sendirinya, melainkan diasah dan dipertebal dengan cara terus menerus menggali rahasia kekuasaan Allah Swt yang tersedia di alam semesta melalui proses belajar atau pendidikan, di samping melalui perilaku taat, takwa, dan beribadah kepadanya. (Assegaf, 2011).

Faktor pendidikan bagi terbentuknya iman kepada Allah merupakan inti dari pendidikan Islam, sedemikian pentingnya sehingga Nabi Muhammad Saw menyatakan: "*Barangsiapa bertambah ilmunya, tapi tidak bertambah petunjuknya (imannya), maka bagi Allah Swt, orang tersebut tidak tambah apapun kecuali semakin jauh dari petunjuk dan iman kepada-Nya".* Pilar pendidikan berdasarkan tauhid/iman ini menjadikan manusia mampu memadukan antara fungsi akal dengan wahyu. Ketika manusia telah mampu menembus ke ruang angkasa dan menginjakkan kakinya di bulan, ia tidak sekedar berhasil menguak rahasia alam, melainkan berhasil pula menambah iman kepada Allah Swt. Iman menuntun ilmu agar tidak digunakan untuk pribadi, apalagi merusak (Jeldi, 2012).

Iman tidaklah terbentuk melalui faktor keturunan. Dalam kisah nabi-nabi, kita mengenal betapa Nabi Nuh as berupaya keras mengajak puteranya untuk ikut menaiki bahtera, tetapi ia membangkang. Dan dalam kisah Nabi Ibrahim as terlihat bagaimana bapaknya menjadikan berhala sebagai Tuhan. Demikian pula dengan kisah Nabi Musa as yang semasa kecilnya diasuh dalam lingkungan keluarga Fir'aun. Tidak dapat dipungkiri bahwa lingkungan keluarga dan masyarakat serta pendidikan yang

ditempuh oleh seseorang membawa pengaruh bagi perkembangan tingkat pembentukan iman seseorang.

Menegakkan tauhid berarti seseorang harus menyatukan antara iman dan amal, konsep dan pelaksanaan, pikiran dan perbuatan, serta teks dan konteks. Dengan demikian, pendidikan iman bukan sekedar mengajarkan rukun iman , mengajarkan sifat-sifat Tuhan, mengajarkan buruknya kemusyrikan dan kemurtadan, tetapi perlu mengajarkan iman dalam bentuk aplikatif dalam kehidupan sehari-hari (Anis, 2012). Iman perlu disempurnakan dalam bentuk amal keseharian sesuai pesan Al-Qur'an dan As-Sunnah.

Bahkan, menurut Anis (2012), sudah saatnya para pendidik 'membumikan' iman, yaitu dengan mencermati indikator iman dalam bentuk aplikatif sehingga pendidikan iman dilakukan dengan membiasakan peserta didik mengaktualisasikan indikator iman, bukan sekedar mengajarkan rukun iman. Beberapa indikator dimaksud antara lain: kasih sayang, adil, jujur, disiplin, bersih, menghargai orang lain, introspeksi, malu berbuat jelek, tidak melecehkan, tidak suuzan, kerja sama, dan lain-lain.

Dengan demikian, konsep pendidikan iman sebagai materi pendidikan pertama dan utama dalam pendidikan Islam dapat menjadi solusi bagi problematika 'kekikinian' dan 'kedisinian'. Iman 'di atas langit' mutlak 'dibumikan (iman aktual). Iman Rasulullah Saw. dalam aktualisasi Iman, yang tercantum dalam kitab-kitab hadits yang secara umum merupakan elaborasi lebih lanjut dari makna *'amilu al-Shalihat* yang selalu bersanding dengan *alladzina amanu.*

Imam Samsi Ali (2017) mengibaratkan iman yang aktual ibaratkan air. Dalam al Qur'an ada banyak ayat yang menggandengkan al Qur'an dengan air. Karena al Qur'an sebagai

sumber kebanaran iman itu bagaikan air. Al Qur'an dan air memberikan kehidupan manusia. Iman adalah kehidupan manusia itu sendiri. Begitu juga dengan air, tidak ada manusia yang bisa hidup tanpa air. Manusia yang hidup tanpa Iman adalah hidup yang pura-pura. Iman dan amal shalih bisa juga dianalogikan seperti angin dan daun kelapa yang melambai-lambai. Angin yang tidak nampak bentuknya ibarat Iman yang memang sesuatu yang abstrak. Daun kelapa yang melambai-lambai merupakan pertanda adanya angin yang bertiup seperti amal shalih yang merupakan tanda adanya keimanan dalam diri seseorang. Dalam sunnah Rasulullah bersabda:

حَدَّثَنَا إِسْحَاقُ بْنُ نَصْرٍ حَدَّثَنَا حُسَيْنٌ الْجُعْفِيُّ عَنْ زَائِدَةَ عَنْ مَيْسَرَةَ عَنْ أَبِي حَازِمٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَا يُؤْذِي جَارَهُ . . .

"Ishaq bin Nashr berkata kepada kami: Husayn al-Ju'fy berkata kepada kami: dari Abi Hazim dari Abu Hurairah ra, dari Nabi Saw, belau bersabda : " barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, maka janganlah ia menyakiti tetangganya.."

Dalam Hadist yang lain, Rasulullah bersabda:

عن ابن عمر قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم لعبد الله بن مسعود: يا ابن أم عبد هل تدري من أفضل المؤمنين إيمانا؟ قال: الله ورسوله أعلم، قال: أفضل المؤمنين إيمانا أحاسنهم أخلاق

Dari Ibn Umar, ia berkata: Rasulullah Saw berkata kepda 'Abdullah bin Mas'ud: " Hai anak dari ibu seorang hamba sahaya, apakah kamu tahu siapakah orang mu'min yang paling baik imannya ? ", Abdullah

bin Mas'ud berkata: Allah dan Rasul-Nya lebih tahu. Rasulullah bersabda: "Orang mukmin yang paling baik imannya ialah yang paling baik akhlaknya."

Dalam hadist yang pertama, Rasulullah menunjukkan iman yang aktual adalah tidak menyakiti tetangga (orang lain). Rasulullah ingin menyatakan bahwa orang yang beriman adalah baik hubungan sosialnya (sholeh sosial). Pada hadist kedua rasulullah, iman yang aktual adalah manusia yang berakhlak. Orang yang berakhlak adalah orang yang dalam perilakunya dituntun oleh al Qur'an dan sunnah Rasulullah dengan niat karena Allah semata.

Domain Iman dalam Taksonomi Pendidikan Islam: Sebuah Tawaran

Iman yang ada pada diri manusia bersifat dinamis, bisa saja bertambah bisa juga berkurang, ada beberapa hal yang bisa menyebabkan iman manusia bertambah adalah: *pertama* Ilmu. Dengan ilmu manusia mampu mengetahui dan mengenal Allah, nama, sifat dan perbuatannya. Semakin tinggi ilmu pengetahuan seseorang terhadap Allah dan kekuasaannya, maka semakin tinggi dan bertambah iman dan pengagungnya; *kedua,* berzikir dan takut kepada Allah Swt.; *ketiga*, merenungkan ciptaan Allah; *keempat*, mengerjakan kebaikan dan menjauhi larangan Allah Swt. dan Rasul-Nya. Sedangkan yang menyebabkan iman manusia berkurang adalah antara lain: *pertama,* mengerjakan pekerjaan keji atau menganiaya diri sendiri; *kedua*, mengejek Nabi dan orang beriman; *ketiga,* ditimpa was-was dan tidak pernah mengingat Allah Swt (Hamka, 1983).

Belajar tentang pendidikan keimanan bertujuan membumikan Iman dalam bentuk sikap dan perilaku. Ada perbedaan antara

belajar Tentang Iman dengan Belajar Menjadi orang yang beriman, belajar arti iman dengan belajar menjalani hidup diatas keimanan, belajar macam-macam iman dengan belajar meraih ketinggian iman, dan belajar untuk menjawab soal ujian bab keimanan dengan belajar agar keimanan berbuah surga. Bagian akhir dari pada kalimat perbedaan tersebut menjadi penekanan penting dalam pendidikan keimanan

Sesuatu yang dipelajari di sekolah tentang iman memanglah tidak salah, tetapi itu hanya mempelajari *highlight* ilmu keimanan. Ilmu itu dipangkas habis menjadi literatur pelajaran yang bersifat hafalan agar anak-anak mampu menjawab soal tentang bab keimanan dalam ujian. Jika saja cabang keimanan menjadi bab yang dirinci dengan serius dalam pendidikan siswa, insya Allah benih-benih keimanan akan memenuhi jiwa anak-anak sehingga mereka memiliki ketundukkan kepada Allah untuk siap melaksanakan perintah dan menjauhi larangannya. Belajar tentang iman sebelum tahu betul isi Al quran artinya menyiram dan memupuk benih keimanan sehingga anak-anak dapat menundukkan hati untuk mengagungkan Allah dan menundukkan hati untuk mengagungkan perintah dan larangan Allah. Sehingga ketika iman telah merasuk jiwa maka hati siap untuk menerima dan melaksanakan Al-Qur'an. Inilah proyek besar dalam lembaga pendidikan, proyek menanam benih keimanan dalam hati siswa sebagai peserta didik dengan cara:

1. Mengajarkan Ilmu yang menumbuhkan, mengokohkan dan menyuburkan keimanan (secara khusus meluangkan waktu mengajarkan isi quran dan hadist)
2. Memberikan teladan dalam amal sebagai buah dari keimanan
3. Menjaga dari segala sesuatu yang akan merusak keimanan

4. Menggali hikmah kejadian sehari-hari agar semakin menyuburkan keimanan

Abd. Rachman Assegaf di dalam bukunya Filsafat Pendidikan Islam (2012) menawarkan agar iman dapat dijadikan sebagai salah satu domain dalam tujuan/penilaian pendidikan. Dengan demikian, keberhasilan pendidikan tidak hanya diukur melalui domain kognitif (ilmu), afektif (akhlak) dan psikomotor (amal), tetapi juga melalui domain iman, menurut Assegaf, domain iman tersebut setidaknya memiliki tujuh komponen, yaitu:

1. Kontemplasi (tafakkur), merupakan tahap pertama dari proses mencapai iman kepada Allah Swt. Tafakkur ini didasarkan pada upaya Nabi Ibrahim as dalam mencari kebenaran
2. Pengakuan (tasyahud). Hal ini sejalan dengan sabda Nabi Muhammad Saw tentang hakikat seseorang yang beragama islam. Ketika Nabi Muhammad Saw ditanya tentang apa itu islam, beliau menjawab bahwa Islam itu adalah pengakuan atau persaksian bahwa tidak ada Tuhan kecuali Allah Swt, dan bahwa Nabi Muhammad Saw adalah utusan Allah. Selanjutnya mengerjakan shalat, puasa, zakat, dan haji yang merupakan domain perilaku atau amaliah seorang Muslim.
3. Percaya dengan bukti (*burhan*). Hal ini diperoleh setelah melalui proses perenungan dan pengakuan sebelumnya. Bukti keimanan ini berasal dari alam semesta setelah dilakukan aktivitas penelitian dan pengamatan mendalam.
4. Mampu membedakan kepercayaan (*furqan*) yang dapat diketahui dari kemampuannya membedakan

sistem kepercayaan yang dianut oleh orang lain beserta argumentasinya.

5. Yakin. Yakin ini dapat dibagi dalam beberapa sub komponen, yaitu *taqlid* (ikut-ikutan), yakin, *ainul yaqin* (yakin dengan pengamatan, dan haqqul yaqin (yakin yang sejati)
6. Ihsan. Ihsan sesuai dengan hadist adalah bahwasanya kita mengabdi kepada Allah Swt seolah-olah kita melihat-Nya.
7. Taqwa, yaitu tahap tertinggi dari keimanan seseorang

Komponen-komponen tersebut tentu tidak bisa diukur secara statistik atau berdasarkan kedalaman hatinya, karena hal tersebut yang tahu hanyalah Allah Swt dan orang itu sendiri. Komponen-komponen tersebut dapat diukur dari amalnya. Iman itu, meskipun diyakini dalam hati dan diucapkan dengan lisan, ia terwujud dalam perbuatan. Jika orang tersebut taat beribadah, beramal saleh, dan meninggalkan perbuatan maksiat atau dosa, baik dalam bentuk keshalehan individual maupun sosial dan itu dilakukannya karena Allah, maka itulah wujud iman. Dengan demikian, iman itu terwujud dalam perilaku yang pro aktif dan dinamis dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari adanya rasa malu dalam berbuat kejahatan, memberi salam, menyingkirkan duri dari jalan, berbicara yang baik-baik, menghormati tetangga, tepat waktu, disiplin, memuliakan tamu dan lain sebagainya, semuanya termasuk dalam wujud atau bukti nyata dari adanya iman seseorang. Kualitas iman seseorang dinyatakan dalam ketaatan dan kesalehannya baik kesalehan individual maupun kesalehan sosial, dan hal ini bersifat subjektif, individual dan batiniah.

Secara umum pendidikan Iman dapat dirumuskan mengenai tujuan pendidikan keimanan. Ini berdasarkan surat Al-Baqarah ayat 177 dan hadist Rasulullah, sebagai berikut :

لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَٰكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَىٰ حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا ۖ وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ ۗ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ

"Bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan barat itu suatu kebajikan, akan tetapi sesungguhnya kebajikan itu ialah beriman kepada Allah, hari kemudian, malaikat-malaikat, kitab-kitab, nabi-nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabatnya, anak-anak yatim, orang-orang miskin, musafir (yang memerlukan pertolongan) dan orang-orang yang meminta-minta; dan (memerdekakan) hamba sahaya, mendirikan shalat, dan menunaikan zakat; dan orang-orang yang menepati janjinya apabila ia berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar (imannya); dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa (QS Al Baqarah, 177)

Hadist Rasulullah, artinya:

"Umar bin Khatab r.a berkata : "Pada suatu hari kami sedang duduk-duduk bersama Rasulullah Saw., tiba-tiba muncul seorang laki-laki yang barpakaian sangat putih, rambutnya hitam, dan ia tidak tampak seperti sedang bepergian, dan tidak

ada seorangpun dari kami yang mengenalnya. Orang tersebut duduk dihadapan Rasul dengan menyandarkan lututnya di atas paha Nabi seraya berkata : " Hai Muhammad, berilah saya kabar tentang Islam!. Nabi bersabda, Islam itu adalah bersaksi bahwa tiada Tuhan selain Allah dan bersaksi bahwa Muhammad itu adalah utusan Allah, mendirikan shalat, mengeluarkan zakat, berpuasa pada bulan Ramadhan, serta menunaikan ibadah haji ke Mekkah bila mamapu serta aman diperjalaannya. Laki-laki tersebut berkata, "Betul apa yang kau katakan". Maka kami (sahabat) merasa heran karena ia bertanya tetapi ia yang membenarkannya. Selanjutnya, laki-laki itu berkata, "Hai Muhammad, berilah saya kabar tentang Iman!". Nabi saw. bersabda, Iman itu ialah percaya kepada Allah, percaya kepada Malaikat-malaikat-Nya, percaya kepada Rasul-rasul-Nya, percaya kepada kiamat, percaya kepada ketentuan Allah yang baik dan yang buruk. Laki-laki tersebut berkata. "Betul apa yang engkau katakan." Kemudian ia berkata lagi, "Hai Muhammad, berilah saya kabar tentang Ihsan!". Nabi saw. Bersabda, Ihsan itu adalah engkau sembah Tuhanmu seolah-olah engkau Melihat-Nya, kalau engkau tak dapat berbuat demikian, maka yakinilah Dia melihat engkau" (H.R. Imam Bukhari, Muslim, Abu Dawud, Turmudzi, An nasa'i, Ibnu Majah, Ahmad, dan Al Bazzar)

Berdasarkan QS Al Baqarah ayat 177 dan hadist Rasulullah pendidikan iman sekurang-kurangnya harus menginternalisasikan 3 hal, yaitu:

1. Menanamkan keyakinan dalam diri anak didik akan hakekat rukun iman yang enam
2. Membiasakan anak didik untuk melaksanakan rukun Islam yang lima dengan benar, yaitu syahadat, shalat, zakat, puasa, dan haji bagi yang mampu
3. Menumbuhkan kesadaran dalam diri anak didik dan konsep Ihsan. Artinya dalam melaksanakan ibadah

apapun haruslah secara ikhlas dan sepenuh hati, hingga anak tersebut dapat merasakan akan pengawasan dan kehadiran Allah Swt. dengan hati nuraninya.

Pengaruh dan Keuntungan Beriman

Dalam ajaran Islam, Iman adalah sebagai basis pembangunan karakter manusia unggul. Pendidikan iman adalah pendidikan yang menanamkan nilai nilai yang tinggi, yang menjadi fondasi kokoh bagi pengembangan karakter. Manusia akan tetap dalam harkat dan martabat paling tinggi, selama manusia memiliki iman yang terealisasikan dalam bentuk verbal dan aktual. Ini diperlukan karena bukanlah sekedar ucapan tapi adalah yang sebenar-benarnya yang merupakan suatu akidah atau kepercayaan yang memenuhi seluruh isi hati nurani, dari situ timbul bekas-bekas atau kesan-kesannya, seperti cahaya yang disorotkan oleh matahari. Iman juga bukan sekedar amal perbuatan *ansih* yang secara lahiriyah merupakan ciri khas perbuatan orang-orang beriman (Yusuf Qardhawi, 2005). Dengan begitu, pendidikan iman akan menghasilkan manusia berkarakter unggul. Karena iman (aqidah tauhid) itu sebagai fitrah manusia (Q.S.30:30) maka pendidikan mesti berbasis pada pengembangan fitrah manusia. Iman akan melahirkan manusia religius yang cerdas emosi, sosial dan spiritualnya. Sangat penting difahami oleh siapapun bahwa pendidikan iman itu bukan hanya mendidik manusia tentang enam rukun iman yang abstrak, tetapi pendidikan iman juga berkenaan dengan hal hal aplikatif dan konkrit sebagaimana yang terdapat dalam cabang iman.

M. Anis, (2014), menjelaskan dalam makalahnya bahwa iman sebagai pokok ajaran Islam menempati posisi sangat sentral dan strategik dalam membangun kehidupan umat manusia. Iman yang

teosentris harus teraplikasi dalam bentuk amal shalih yang *humanis antrophosentris*. Iman bukan hanya keyakinan dalam hati, tetapi teraktualisasikan dalam bentuk verbal (*qaulun bi al-lisan*) dan amal (*amalun bi al-arkān*). Amal shalih adalah kerja keras yang dilandasi iman, mengerjakan sesuatu dengan sebaik baiknya, berusaha menghasilkan yang terbaik dan memberi kebaikan pada diri sendiri dan orng lain. K.H Ahmad Dahlan (Anis, 2014) dengan teologi al-Ma'un memandang bahwa Islam dalam pergumulan dengan kehidupan harus diwujudkan dalam amal.. Kajian tentang iman tidak lepas dengan masalah jiwa dan perilaku manusia, yang hal itu dibahas oleh Psikologi.

Banyak pengaruh positif yang diberikan oleh keyakinan religius (iman) terhadap diri manusia. Secara psikologis, iman sebagai sebuah sikap mental dapat memberikan :

1. Kebahagiaan dan kegembiraan. Beberapa hal yang dapat dilahirkan kebahagian dan kegembiraan
   a. Melahirkan optimisme (Muthahhari, 2002). Seseorang yang memiliki keimanan selalu optimis sikapnya terhadap dunia, kehidupan dan alam semesta. Keimanan memberikan bentuk tersendiri kepada sikap manusia terhadap dunia. Karena menurut agama, alam semesta itu ada tujuannya, dan bahwa tujuannya itu adalah perbaikan dan evolusi. Sesungguhnya keimananlah yang membuat kehidupan kita lapang secara kejiwaan, dan yang menyelamatkan kita dari tekanan-tekanan kejiwaan.
   b. Tercerahkannya hati (Muthahhari, 2002). Jika manusia melihat dunia dicerahkan oleh cahaya kebenaran, maka hati dan jiwanya juga tercerahkan. Keimanan adalah laksana lentera yang menerangi rohaninya. Sebaliknya, orang yang tidak memiliki keimanan melihat dunia

gelap gulita, kotor, dan tidak ada artinya, dan akibatnya hati orang tersebut tetap gelap gulita di dunia yang dianggapnya gelap gulita itu.

c. Melahirkan pandangan bahwa upaya yang baik membawa hasil yang baik pula. Dari sudut pandang material murni, dunia fana ini tak peduli siapa yang lurus dan benar jalannya, dan siapa yang salah jalannya. Hasil dari suatu upaya ditentukan semata-mata oleh satu hal, yaitu seberapa keras upaya tersebut dilakukan.

d. Membawa kita kepada kenikmatan spritual, yaitu kenikmatan yang berkaitan dengan jiwa dan batin manusia. Kenikmatan seperti ini tidak ada hubungannya dengan organ tubuh, dan tidak diperoleh melalui kontak dengan objek tertentu.. Kenikmatan spritual lebih kuat dan lebih abadi ketimbang kenikmatan material. Dalam bahasa agama, kenikmatan spritual digambarkan sebagai 'nikmatnya iman' dan rasanya iman. (Muthahhari, 2002).

2. Keimanan secara psikologis dapat mengurangi kecemasan (Hawari, 2005). Umum diketahui bahwa kehidupan manusia berkisar antara kesuksesan, prestasi, kesenangan, kegembiraan dan kegagalan, penderitaan dan kecemasan. Banyak penderitaan dan kegagalan dapat dicegah atau diobati, tentu saja dengan upaya keras. Manusia memang bertanggung jawab menundukkan alam dan mengubah kemalangan hidup menjadi keberuntungan hidup. Namun demikian, banyak kejadian pahit tak dapat dicegah atau juga tak dapat ditentang. Misal, usia lanjut. Usia lanjut, kemunduran kondisi tubuh dan penyakit membuat hidup orang lanjut usia terasa sulit. Takut mati dan takut mewariskan dunia fana ini kepada orang lain selalu terasa menyakitkan hati.

3. Keimanan memberikan kepada manusia kekuatan untuk menentang dan kekuatan bertahan serta mengubah kepahitan hidup menjadi terasa manis (Habib Zain bin Ibrahim bin Sumarth, 1998). Orang yang memiliki keimanan tahu bahwa segala yang ada di dunia ini ada skemanya. Bagi orang beriman, usia lanjut itu menyenangkan dan lebih nikmat ketimbang usia muda, karena dia percaya kalau usia lanjut bukanlah akhir dari segalanya dan waktu yang masih ada dimanfaatkannya dengan asyik memuja dan mengingat Allah.

   Sikap orang beriman terhadap kematian berbeda dengan sikap orang tak beriman. Bagi orang beriman, kematian bukanlah berarti kehancuran total, melainkan hanyalah peralihan dari dunia fana yang kecil ini ke alam abadi yang agung. Kematian berarti meninggalkan "dunia kerja" menuju "dunia hasil". Karena itu orang beriman menyikapi rasa takut matinya dengan menyibukkan diri berbuat baik, dan perbuatan baik ini oleh agama disebut dengan amal saleh.

   Para psikiater mengakui bahwa merupakan suatu fakta yang tak terbantahkan bahwa kebanyakan penyakit jiwa diakibatkan oleh kecemasan mental dan kepahitan hidup, dan penyakit ini lazim dijumpai di kalangan orang-orang nonreligius. Penyakit zaman modern ini yang muncul akibat lemahnya keyakinan berupa semakin meluasnya penyakit jiwa dan saraf. Generasi sekarang adalah generasi yang sedang menderita sakit mental. (Al-Qorni, 2005: 56).

   Bahkan menurut Ancok ada jenis penyakit yang belum diketahui dasar fisiologisnya namun menimbulkan dampak psikologis terhadap orang yang mengidap penyakit tersebut. Beberapa jenis penyakit ini diantaranya *causalgia, neuralgia,* dan *phantom limb pain*. *Causalgia* adalah rasa sakit seperti

terbakar yang seringkali disebabkan oleh luka kena pisau atau tembakan. Anehnya rasa sakit tersebut baru muncul setelah luka itu sembuh. *Neuralgia* adalah rasa sakit yang datangnya tiba-tiba sepanjang alur saraf. Sakit ini muncul setelah luka pada saraf feriferal sembuh. Sedangkan *phantom limb* pain adalah rasa sakit dikarenakan amputasi. Rasa sakit ini tetap muncul walaupun bekas amputasinya sudah sembuh.

4. Memiliki kesehatan tubuh yang prima. Mereka memiliki hormon interleukin-6 yang tinggi dalam darah. Hormon tersebut berkaitan dengan sistem pertahanan tubuh yang berfungsi menangkal serangan kuman di dalam tubuh (Anis, 2012: 241). Orang beriman yang menjauhi dirinya dari sifat-sifat tercela, seperti sombong, dengki, tidak bersahabat dan lain lain memiliki tekanan darah dan denyut jantung yang stabil. (Anis, 2012).
5. Orang beriman yang taat menjalankan perintah shalat. Shalat mempunyai efek seperti obat, yaitu efek depresan (efek ketenangan) seperti yang dialami oleh Ali RA dan beberapa sahabat yang telah merasakan manfaat sholat. Konsentrasi pada masalah (stimulus) lain dapat menghambat stimulus rasa sakit sampai ke otak., sehingga rasa sakit kurang dirasakan. Menurut Ancok (1995), bila perhatian seseorang ditujukan pada rasa sakit, maka ia akan semakin merasakan sakit, sebaliknya bila ada satu kegiatan yang menarik perhatian seseorang dari rasa sakit, maka intensitas rasa sakit kurang dirasakan. Rasa sakit tergantung konteks saat dialami. Seorang pemain bola yang kakinya terluka, seringkali tidak merasakan sakit di saat asyik bermain bola.

   Ancok (1989) menjelaskan fenomena ini dengan *gate system theory*. Menurut teori ini rangsang sakit yang masuk ke dalam otak dihambat oleh rangsang lain. Dalam kasus sholat

lebih lanjut dijelaskan bahwa konsentrasi yang penuh dalam sholat, yaitu hanya mengingat Allah, akan menutup rangsang lain yang akan terbawa ke otak.

Selanjutnya Anis (2014), menuliskan bahwa indikator iman yang diungkap oleh Al-Qur›an dan al-Sunnah dan sekaligus menjadi karakter setiap umat Islam.

1. Iman itu menyambung rahmah (cinta dan kasih sayang). (Q.S, An Nisaa ayat 1), artinya:

   "Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhan-mu yang telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya Allah menciptakan isterinya; dan dari pada keduanya Allah memperkembang biakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. Dan bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain, dan (peliharalah) hubungan silaturahim. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu"

   Dan surat Al A'raf ayat 52, artinya:

   وَلَقَدْ جِئْنَٰهُم بِكِتَٰبٍ فَصَّلْنَٰهُ عَلَىٰ عِلْمٍ هُدًى وَرَحْمَةً لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ ﴿٥٢﴾

   "Dan sesungguhnya Kami telah mendatangkan sebuah Kitab (Al Quran) kepada mereka yang Kami telah menjelaskannya atas dasar pengetahuan Kami; menjadi petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman."

2. Iman itu sabar. Sabar adalah tahan uji, pantang menyerah, optimis dan ada pengendalian emosi. Q.S.Ali Imran ayat 200, An Nahl ayat 96, dan surat Al Baqarah ayat 153, artinya:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱصْبِرُواْ وَصَابِرُواْ وَرَابِطُواْ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ٢٠٠

"Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung"

"Dan sesungguhnya Kami akan memberi balasan kepada orang-orang yang sabar dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan" (QS: An Nahl ayat 96).

*"Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar". (*QS: Al Baqarah ayat 153)

3. Iman itu berkata benar. Orang yang selalu jujur dan bertindak berdasar kebenaran,hatinya akan tenang ,tentram dan merasa nyaman.sebab kebenaran dan kejujuran itu sesui dengan hati nurani setiap manusi. Firman Allah dalam Al Qur'an surat al Ahzab 70, dan QS: At-Taubah ayat 119, artinya:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَقُولُواْ قَوْلًا سَدِيدًا ٧٠

"Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu kepada Allah dan katakanlah perkataan yang benar"

"Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kalian kepada Allah SWT, dan hendaklah bersama orang-orang yang benar." (QS: At-Taubah ayat 119)

Dalam hadist, Rasulullah bersabda

عَنْ عَبْدِ اللهِ بنِ مَسْعُوْد رَضِيَ اللهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُوْلُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: عَلَيْكُمْ بِالصِّدْقِ ، فَإِنَّ الصِّدْقَ يَهْدِيْ إِلَى الْبِرِّ ،

وَإِنَّ الْبِرَّ يَهْدِي إِلَى الْجَنَّةِ ، وَمَا يَزَالُ الرَّجُلُ يَصْدُقُ وَيَتَحَرَّى الصِّدْقَ حَتَّى يُكْتَبَ عِنْدَ اللهِ صِدِّيقًا ، وَإِيَّاكُمْ وَالْكَذِبَ ، فَإِنَّ الْكَذِبَ يَهْدِي إِلَى الْفُجُوْرِ ، وَإِنَّ الْفُجُوْرَ يَهْدِي إِلَى النَّارِ ، وَمَا يَزَالُ الرَّجُلُ يَكْذِبُ وَيَتَحَرَّى الْكَذِبَ حَتَّى يُكْتَبَ عِنْدَ اللهِ كَذَّابًا

"Dari 'Abdullâh bin Mas'ûd Radhiyallahu anhu, ia berkata: "Rasûlullâh Shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, 'Hendaklah kalian selalu berlaku jujur, karena kejujuran membawa kepada kebaikan, dan kebaikan mengantarkan seseorang ke Surga. Dan apabila seorang selalu berlaku jujur dan tetap memilih jujur, maka akan dicatat di sisi Allâh sebagai orang yang jujur. Dan jauhilah oleh kalian berbuat dusta, karena dusta membawa seseorang kepada kejahatan, dan kejahatan mengantarkan seseorang ke Neraka. Dan jika seseorang senantiasa berdusta dan memilih kedustaan maka akan dicatat di sisi Allâh sebagai pendusta (pembohong).'"

4. Iman itu beramal shalih. Amal shalih pada hakekatnya berkaitan dengan profesionaiisme yang berorientasi kepada kerja dengan sebaik baiknya dan berusaha menghasilkan yang terbaik dan memberi kebaikan pada diri sendiri dan orang lain. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Luqman ayat 8 dan QS: Al-Baqarah: 62 artinya:

إِنَّ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ لَهُمۡ جَنَّٰتُ ٱلنَّعِيمِ ﴿٨﴾

"Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal-amal saleh, bagi mereka surga-surga yang penuh kenikmatan" (QS Luqman : 8)

"Sesungguhnya orang-orang mukmin, orang-orang Yahudi, orang-orang Nasrani dan orang-orang Shabiin, siapa saja di antara mereka yang benar-benar beriman kepada Allah, hari kemudian dan beramal saleh, mereka akan menerima pahala dari Tuhan mereka, tidak ada kekhawatiran terhadap mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati." (QS: Al-Baqarah: 62)

5. Iman itu menghargai orang lain. Setiap manusia memiliki kebutuhan dasar rasa harga diri, sehingga orang akan merasa nyaman bila dihargai dan merasa tidak nyaman bila dilecehkan atau direndahkan .Orang akan dihargai orang selama dia bisa menghargai orang lain. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Al hujurat 11, artinya:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰٓ أَن يَكُونُوا۟ خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَآءٌ مِّن نِّسَآءٍ عَسَىٰٓ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ ۖ وَلَا تَلْمِزُوٓا۟ أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا۟ بِٱلْأَلْقَٰبِ ۖ بِئْسَ ٱلِٱسْمُ ٱلْفُسُوقُ بَعْدَ ٱلْإِيمَٰنِ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلظَّٰلِمُونَ ﴿١١﴾

"Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim."

Dalam Hadist, Rasulullah bersabda:

"Bukanlah termasuk golongan kami siapa saja yang tidak menghormati orang yang lebih tua, menyayangi yang lebih

muda dan mengenal hak orang 'alim kita." (HR Ahmad dan Hakim)

6. Iman itu membina persaudaraan. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Al hujurat 10 dan QS: Ali Imran : 103, artinya:

إِنَّمَا ٱلْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا۟ بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ ۚ وَٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴿١٠﴾

"Orang-orang beriman itu sesungguhnya bersaudara. Sebab itu damaikanlah (perbaikilah hubungan) antara kedua saudaramu itu dan takutlah terhadap Allah, supaya kamu mendapat rahmat"

"Dan perpeganglah kamu semuanya kepada tali (agama) Allah, dan janganlah kamu bercerai-berai, dan ingatlah akan nikmat Allah kepadamu ketika kamu dahulu (masa jahiliyah) bermusuh-musuhan, maka Allah mempersatukan hatimu, lalu menjadikan kamu karena nikmat Allah menjadi bersaudara; dan kamu telah berada di tepi jurang neraka, lalu Allah menyelamatkan kamu dari padanya." (QS: Ali Imran : 103)

Dalam shahih Muslim,dalam kitab *al-birru wa shilah* disebutkan:*Orang muslim saudara orang muslim, ia tidak menzalimi, tidak mendiamkan ,tidak menghina saudaranya. (H.R.Mslim)*

7. Iman itu *ta'awun.* Iman membangun manusia memiliki watak menolong orang lain yang berarti memiliki watak memberi bukan meminta. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Al Maidah 2, artinya:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ لَا تُحِلُّوا۟ شَعَٰٓئِرَ ٱللَّهِ وَلَا ٱلشَّهْرَ ٱلْحَرَامَ وَلَا ٱلْهَدْىَ وَلَا ٱلْقَلَٰٓئِدَ وَلَآ ءَآمِّينَ ٱلْبَيْتَ ٱلْحَرَامَ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَٰنًا ۚ

وَإِذَا حَلَلۡتُمۡ فَٱصۡطَادُواْۚ وَلَا يَجۡرِمَنَّكُمۡ شَنَـَٔانُ قَوۡمٍ أَن صَدُّوكُمۡ عَنِ
ٱلۡمَسۡجِدِ ٱلۡحَرَامِ أَن تَعۡتَدُواْۘ وَتَعَاوَنُواْ عَلَى ٱلۡبِرِّ وَٱلتَّقۡوَىٰۖ وَلَا تَعَاوَنُواْ عَلَى
ٱلۡإِثۡمِ وَٱلۡعُدۡوَٰنِۚ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَۖ إِنَّ ٱللَّهَ شَدِيدُ ٱلۡعِقَابِ ﴿٢﴾

"Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keridhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, maka bolehlah berburu. Dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya"

Dalam hadist, rasulullah bersabda:

"dari Mu'tamar, dari Anas. Anas berkata: Rasulullah bersabda: Bantulah saudaramu, baik dalam keadaan sedang berbuat zhalim atau sedang teraniaya. Anas berkata: Wahai Rasulullah, kami akan menolong orang yang teraniaya. Bagaimana menolong orang yang sedang berbuat zhalim?" Beliau menjawab: "Dengan menghalanginya melakukan kezhaliman. Itulah bentuk bantuanmu kepadanya (HR: Musadad).

8. Iman itu berlaku adil. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Al Hujurat ayat 9, An Nahl ayat 90, dan QS al-Maidah Ayat 49, artinya:

وَإِن طَآئِفَتَانِ مِنَ ٱلۡمُؤۡمِنِينَ ٱقۡتَتَلُواْ فَأَصۡلِحُواْ بَيۡنَهُمَاۖ فَإِنۢ بَغَتۡ إِحۡدَىٰهُمَا
عَلَى ٱلۡأُخۡرَىٰ فَقَٰتِلُواْ ٱلَّتِي تَبۡغِي حَتَّىٰ تَفِيٓءَ إِلَىٰٓ أَمۡرِ ٱللَّهِۚ فَإِن فَآءَتۡ

فَأَصۡلِحُواْ بَيۡنَهُمَا بِٱلۡعَدۡلِ وَأَقۡسِطُوٓاْۖ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلۡمُقۡسِطِينَ ٩

"Dan kalau ada dua golongan dari mereka yang beriman itu berperang hendaklah kamu damaikan antara keduanya! Tapi kalau yang satu melanggar perjanjian terhadap yang lain, hendaklah yang melanggar perjanjian itu kamu perangi sampai surut kembali pada perintah Allah. Kalau dia telah surut, damaikanlah antara keduanya menurut keadilan, dan hendaklah kamu berlaku adil; sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang berlaku adil"

Surat An Nahl ayat 90, artinya:

"Sesungguhnya Allah menyuruh kamu berlaku adil dan berbuat kebijakan, memberi kepada kamu kerabat, dan Allah melarang dari perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran"

Surat al-Maidah Ayat 49, artinya

"Dan hendaklah engkau memutuskan perkara di antara mereka menurut apa yang diturunkan Allah, dan janganlah engkau mengikuti keinginan mereka. Dan waspadalah terhadap mereka, jangan sampai mereka memperdayakan engkau terhadap sebagian apa yang telah diturunkan Allah kepadamu. Jika mereka berpaling (dari hukum yang diturunkan Allah), maka ketahuilah bahwa sesungguhnya Allah berkehendak menimpakan musibah kepada mereka disebabkan dosa-dosa mereka. Dan sungguh, kebanyakan manusia adalah orang-orang yang fasik."

9. Iman itu komitmen dengan janji. Ingkar janji akan merusak tatanan berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Islam menempatkan orang yang ingkar janji pada kelompok orang munafik bukan orang mu'min. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Al Maidah ayat 1, artinya:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ أَوۡفُواْ بِٱلۡعُقُودِۚ أُحِلَّتۡ لَكُم بَهِيمَةُ ٱلۡأَنۡعَٰمِ إِلَّا مَا يُتۡلَىٰ
عَلَيۡكُمۡ غَيۡرَ مُحِلِّي ٱلصَّيۡدِ وَأَنتُمۡ حُرُمٌۗ إِنَّ ٱللَّهَ يَحۡكُمُ مَا يُرِيدُ ١

"Hai orang-orang yang beriman, penuhilah aqad-aqad itu. Dihalalkan bagimu binatang ternak, kecuali yang akan dibacakan kepadamu. (Yang demikian itu) dengan tidak menghalalkan berburu ketika kamu sedang mengerjakan haji. Sesungguhnya Allah menetapkan hukum-hukum menurut yang dikehendaki-Nya"

Surat Al-Anfal Ayat 27

"Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu mengkhianati Allah dan Rasul (Muhammad) dan (juga) janganlah kamu mengkhianati amanat-amanat yang dipercayakan kepadamu, sedang kamu mengetahui.

Surat Al-Muminun Ayat 8

"Dan orang-orang yang memelihara amanat-amanat (yang dipikulnya) dan janjinya"

10. Iman itu evaluasi diri. Dalam Islam, eveluasi diri disitilahkan dengan muhasabah. Secara sederhana bisa dipahami sama dengan introspeksi, yaitu seseorang bertanya kepada dirinya sendiri tentang perbuatan yang dia lakukan agar jiwa menjadi tenang, dan memastikan secara gamblang apakah perbuatan yang dilakukan dalam kehidupannya sesuai dengan perintah-perintah Allah Ta'ala Evaluasi pada diri sendiri akan menjadikan orang tahu kekurangannya dan dengan mengetahui kekurangan itu,dia akan berusaha menjadi lebih baik. orang yang tidak mau instrospeksi atau evaluasi diri ,dia tidak akan tahu kekurangan dirinya sehingga merasa dirinya sudah baik dan berakibat dia tidak berusaha memperbaiki kekurangannya. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Al Hasyr ayat 18, artinya:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۖ وَٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ ۚ
إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرٌۢ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

"Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah Maha teliti terhadap apa yang kamu kerjakan"

Dalam sebuah hadits dari Anas bin Malik bahwa Rasulullah Saw bersabda:

"Orang yang pandai adalah orang yang mengintrospeksi dirinya dan beramal untuk setelah kematian, sedang orang yang lemah adalah orang yang jiwanya selalu tunduk pada nafsunya dan mengharap pada Allah dengan berbagai angan-angan."(H.R Ahmad dan Tirmidzi)

Imam Ahmad meriwayatkan dalam Kitab Az-Zuhd dari Umar bin Khattab bahwa beliau berkata:

"Perhitungkanlah diri kalian sebelum kalian diperhitungkan, timbanglah diri kalian sebelum kalian ditimbang, karena itu lebih memudahkan penghisaban bagi kalian kelak, Berhiaslah untuk menghadapi hari perhitungan."

11. Iman itu teguh hati dan lurus . Ketidak benaran adalah awal kejelekan dan kejelekan itu awal dari ketidak harmonisan dan ketidak bahagiaan. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Al Fushilat ayat 30, dan surat Al Ahqaf: 13-14 artinya:

إِنَّ ٱلَّذِينَ قَالُواْ رَبُّنَا ٱللَّهُ ثُمَّ ٱسۡتَقَٰمُواْ تَتَنَزَّلُ عَلَيۡهِمُ ٱلۡمَلَٰٓئِكَةُ أَلَّا
تَخَافُواْ وَلَا تَحۡزَنُواْ وَأَبۡشِرُواْ بِٱلۡجَنَّةِ ٱلَّتِي كُنتُمۡ تُوعَدُونَ ٣٠

"Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang telah dijanjikan Allah kepadamu" (QS: Al Fushilat ayat 30)

"Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Rabb kami ialah Allah", kemudian mereka tetap istiqamah maka tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan mereka tiada (pula) berduka cita. Mereka itulah penghuni-penghuni surga, mereka kekal di dalamnya; sebagai balasan atas apa yang telah mereka kerjakan." (QS Al Ahqaf: 1314-)

Dalam Hadist, Rasulullah bersabda, artinya:

"Katakanlah: "Aku beriman kepada Allah", kemudian beristiqamahlah dalam ucapan itu." [HR. Muslim]

12. Iman itu bersih. Orang beriman itu memiliki karakter bersih secara lahiriyah dan bersih secara batiniyah.Bersih batiniyah adalah bersih dari penyakit hati seperti iri , dengki (hasad), buruk sangka(*su'u ẓan*) ,sombong,malas dan sebagainya. Bersih lahiriyah adalah bersih badan,pakaian,tempat tinggal dan lingkungan Orang yang bersih lahir batin menjadikan hidupnya terasa indah ,nyaman dan tentram Firman Allah dalam Al Qur'an surat Al Baqarah ayat 222, dan surat Al-Muddasir ayat 4- 5, artinya:

وَيَسْـَٔلُونَكَ عَنِ ٱلْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَذًى فَٱعْتَزِلُوا۟ ٱلنِّسَآءَ فِى ٱلْمَحِيضِ ۖ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ ٱللَّهُ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلْمُتَطَهِّرِينَ ﴿٢٢٢﴾

"Mereka bertanya kepadamu tentang haidh. Katakanlah: "Haidh itu adalah suatu kotoran". Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haidh; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.

"Dan pakaianmu bersihkanlah. Dan perbuatan dosa tinggalkanlah."

Dalam Hadist, Rasulullah bersabda, artinya:

Diriwayatkan dari Sa'ad bin Al-Musayyib dari Rasulullah saw. Beliau bersabda: "Sesungguhnya Allah SWT. itu suci yang menyukai hal-hal yang suci, Dia Mahabersih yang menyukai kebersihan, Dia Mahamulia yang menyukai kemuliaan, Dia Mahaindah yang menyukai keindahan, karena itu bersihkanlah tempat-tempatmu. Dan jangan meniru orang-orang Yahudi." (H.R. Tirmizi).

"Dari Abu Hurairah r.a. "Sesungguhnya Rasulullah saw. bersabda: Ketika seorang laki-laki sedang berjalan di jalan, ia menemukan dahan berduri, maka ia mengambilnya (karena mengganggu). Lalu Allah berterima kasih kepadanya dan mengampuni dosanya." (H.R. Bukhari)

13. Iman itu memberi manfaat pada orang lain. Karakter ini akan selalu berusaha memberi manfaat kepada orang lain dan tidak berorientasi minta manfaat kepada orang lain atau memanfaatkan orang lain. Selanjutnya orang dpada karakter ini akan selalu berorientasi pada " manfaat apa yang dapat saya berikan kepada orang lain ", bukan manfaat apa yang saya dapatkan dari orang lain. Pada karakter ini tidak berlaku teori *social exchange*. Karakter ini menunutut hidup tidak mengharapkan balasan dari manusia. Firman Allah dalam Al Qur'an surat Ali Imran ayat 134, artinya:

ٱلَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي ٱلسَّرَّآءِ وَٱلضَّرَّآءِ وَٱلۡكَٰظِمِينَ ٱلۡغَيۡظَ وَٱلۡعَافِينَ عَنِ
ٱلنَّاسِۗ وَٱللَّهُ يُحِبُّ ٱلۡمُحۡسِنِينَ ﴿١٣٤﴾

"(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan"

Dalam hadist, Rasulullah bersabda SAW

"...Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi sesama manusia..." [HR. Thabrani dalam Al-Ausath]

14. Iman itu memberi maaf. Orang yang pemaaf itu lapang dada dan berfikiran positif. Firman Allah dalam Al Qur'an surat QS Ali Imran ayat 134, QS. Al-A'raf : 199

    "Dan karena rahmat Allah kamu berhati lemah lembut terhadap mereka ,sekiranya kamu bersikap keras dan berhati keras ,mereka akan lari dari sekitarmu,,karena itu maafkanlah mereka,mohonkan ampun mereka dan bermusyawarahlah dengan mereka.(Q.S. Ali Imran :159).

    "Jadilah engkau pema'af dan suruhlah orang mengerjakan yang ma'ruf, serta berpalinglah dari pada orang-orang yang bodoh." (QS. Al-A'raf : 199)

15. Iman itu Ibadah dengan ikhlas. Orang beriman melakukan segala sesuatu tidak lepas dari nilai transendental Ilahiyah (karena Allah SWT) sehingga dia melaksanakan sesuatu dengan ikhlas. Keikhlasan itu mencegah orang dari kekecewaan. Firman Allah dalam Al Qur'an Surat al-Baqarah ayat 139, QS: Al-A'raf ayat 29

    "Apakah kamu memperdebatkan dengan Kami tentang Allah, Padahal Dia adalah Tuhan Kami dan Tuhan kamu; bagi Kami amalan Kami, dan bagi kamu amalan kamu dan hanya kepada-Nya Kami mengikhlaskan hati" (QS: al-Baqarah : 139)

    قُلْ أَمَرَ رَبِّي بِٱلْقِسْطِ ۖ وَأَقِيمُوا۟ وُجُوهَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَٱدْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ ٱلدِّينَ ۚ كَمَا بَدَأَكُمْ تَعُودُونَ ﴿٢٩﴾

    Katakanlah: "Tuhanku menyuruh menjalankan keadilan". dan (katakanlah): "Luruskanlah muka (diri)mu[A] di Setiap sembahyang dan sembahlah Allah dengan mengikhlaskan ketaatanmu kepada-Nya. sebagaimana Dia telah menciptakan kamu pada permulaan (demikian pulalah kamu akan kembali kepadaNya). (QS: Al-A'raf : 29)

16. Iman itu tidak takut dan tidak cemas. Eric Jensen menyatakan bahwa pembelajar yang berada pada kondisi takut atau terancam bukan hanya mengalami berkurangnya kemampuan kognitif,tetapi sistem kekebalan tubuhnya juga berkurang Orang beriman adalah orang yang selalu tegar dan percaya diri karena orang beriman selalu berserah diri kepada Allah dan merasa dekat dengan Yang Maha Kuasa. Firman Allah dalam Al Qur'an Surat Al Baqarah ayat 112 dan QS At Taubah 51,

    "(Tidak demikian) bahkan barangsiapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.(QS Al Baqarah ayat 112)

    قُل لَّن يُصِيبَنَآ إِلَّا مَا كَتَبَ ٱللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَىٰنَاۚ وَعَلَى ٱللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ ٱلْمُؤْمِنُونَ ﴿٥١﴾

    "Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah Pelindung kami, dan hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakal." (QS: At Taubah 51)

17. Iman itu makan harta yang *halalan thoyyiban.* Harta yang dimiliki disamping baik tapi juga didapatkan dengan cara halal. Harta yang halal harus mengandung kebaikan untuk yang memilikinya. Firman Allah dalam Al Qur'an Surat Al Baqarah ayat 168

    يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ كُلُوا۟ مِمَّا فِى ٱلْأَرْضِ حَلَٰلًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا۟ خُطُوَٰتِ ٱلشَّيْطَٰنِۚ إِنَّهُۥ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿١٦٨﴾

"Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan; karena sesungguhnya setan itu adalah musuh yang nyata bagimu." (QS: Al-Baqarah: 168)

Dalam hadist, Rasulullah bersabda:

"Akan datang kepada manusia suatu zaman di mana seseorang tidak peduli apa yang dia ambil, apakah dari hasil yang halal atau yang haram." (HR. Al-Bukhari dan An-Nasa'i)

18. Iman itu berbuat baik pada tetangga. Tetangga adalah orang yang terdekat dalam kehidupan. Kebaikan seseorang dapat dilihat bagaimana hubungannya dengan tetangganya. Orang beriman adalah orang yang menjaga hak tetangga,tidak menyakiti dan menjaga keamanan tetangga. Firman Allah dalam Al Qur'an Surat An Nisaa' ayat 36, artinya:

وَٱعْبُدُوا۟ ٱللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا۟ بِهِۦ شَيْـًٔا ۖ وَبِٱلْوَٰلِدَيْنِ إِحْسَٰنًا وَبِذِى ٱلْقُرْبَىٰ وَٱلْيَتَٰمَىٰ وَٱلْمَسَٰكِينِ وَٱلْجَارِ ذِى ٱلْقُرْبَىٰ وَٱلْجَارِ ٱلْجُنُبِ وَٱلصَّاحِبِ بِٱلْجَنۢبِ وَٱبْنِ ٱلسَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَٰنُكُمْ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا ﴿٣٦﴾

"Mengabdilah kepada Allah dan jangan mempersekutukan sesuatu dengan Dia, dan berbuat baiklah kepada ibu bapak, kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga-tetangga dekat, tetangga-tetangga orang yang asing, teman yang di sampingmu, dan orang dalam perjalanan, dan yang menjadi milik tangan kananmu. Allah tidak menyukai orang yang congkak, membanggakan diri. (QS. al-Nisa: 36).

Dalam Hadist, Rasulullah bersabda. Artinya:

Siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir maka jangan menyakiti tetangga.(H.R.Bukhariy).

"Jibril senantiasa menasehatiku tentang tetangga, hingga aku mengira bahwa tetangga itu akan mendapat bagian harta waris" (HR. Bukhari)

19. Iman itu bertawakal. Tawakal adalah berusaha maksimal kemudian berserah diri kepada Allah .Dengan tawakkal manusia memiliki semangat bekerja yang tinggi dan ketenangan dengan disertai berdoa kepada Allah,karena yang memberi kepastian adalah Allah. Firman Allah dalam Al Qur'an Surat al Anfal ayat 2 dan Ali Imran 159.

إِنَّمَا ٱلۡمُؤۡمِنُونَ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتۡ قُلُوبُهُمۡ وَإِذَا تُلِيَتۡ عَلَيۡهِمۡ ءَايَٰتُهُۥ زَادَتۡهُمۡ إِيمَٰنٗا وَعَلَىٰ رَبِّهِمۡ يَتَوَكَّلُونَ ٢

"Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal. (QS Al Anfal: 2)

فَبِمَا رَحۡمَةٖ مِّنَ ٱللَّهِ لِنتَ لَهُمۡۖ وَلَوۡ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ ٱلۡقَلۡبِ لَٱنفَضُّواْ مِنۡ حَوۡلِكَۖ فَٱعۡفُ عَنۡهُمۡ وَٱسۡتَغۡفِرۡ لَهُمۡ وَشَاوِرۡهُمۡ فِي ٱلۡأَمۡرِۖ فَإِذَا عَزَمۡتَ فَتَوَكَّلۡ عَلَى ٱللَّهِۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلۡمُتَوَكِّلِينَ ١٥٩

"Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu[246]. kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya." (QS: Ali Imran : 159).

20. Iman itu cinta tanah air. Dalam realitas sekarang ini dengan adanya otonomi daerah, dapat ditemui pada sebagian anak bangsa, rasa keIndonesiaan mulai memudar dan rasa kedaerahan yang menguat. Untuk memilih pejabat di daerah kadang yang lebih dipentingkan putra daerahnya bukan dari sisi kapasitas keahliannya. Firman Allah dalam surat QS Ibrahim ayat 35:

وَإِذْ قَالَ إِبْرَٰهِيمُ رَبِّ ٱجْعَلْ هَٰذَا ٱلْبَلَدَ ءَامِنًا وَٱجْنُبْنِى وَبَنِىَّ أَن نَّعْبُدَ ٱلْأَصْنَامَ ﴿٣٥﴾

"Dan (ingatlah), ketika Ibrahim berkata: "Ya Tuhanku, jadikanlah negeri ini (Mekah), negeri yang aman, dan jauhkanlah aku beserta anak cucuku daripada menyembah berhala-berhala." (QS: Ibrahim: 35)

Rasulullah SAW sendiri pernah mengekspresikan kecintaanya kepada Mekkah sebagai tempat kelahirannya. Hal ini bisa kita lihat dalam penuturan Ibnu Abbas ra yang diriwayatkan dari Ibnu Hibban berikut ini: Artinya:

"Dari Ibnu Abbas RA ia berkata, Rasulullah SAW bersabda, 'Alangkah baiknya engkau sebagai sebuah negeri, dan engkau merupakan negeri yang paling aku cintai. Seandainya kaumku tidak mengusirku dari engkau, niscaya aku tidak tinggal di negeri selainmu," (HR Ibnu Hibban).

21. Iman itu amanah. Orang yang tidak amanah termasuk orang orang munafik. Firman Allah dalam surat An Nisaa' ayat 58, Al-Anfaal ayat 27, artinya:

"Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan amanat kepada yang berhak menerimanya, dan (menyuruh kamu) apabila menetapkan hukum di antara manusia supaya kamu menetapkan dengan adil. Sesungguhnya Allah memberi pengajaran yang sebaik-baiknya kepadamu. Sesungguhnya Allah adalah Maha mendengar lagi Maha melihat" (An Nisaa' ayat 58).

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا تَخُونُواْ ٱللَّهَ وَٱلرَّسُولَ وَتَخُونُوٓاْ أَمَٰنَٰتِكُمۡ وَأَنتُمۡ تَعۡلَمُونَ ﴿٢٧﴾

"Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu mengkhianati Allah dan Rasul (Muhammad) dan (juga) janganlah kamu mengkhianati amanat-amanat yang dipercayakan kepadamu, sedang kamu mengetahui". (QS: Al-Anfaal ayat 27)

Sebagaimana diketengahkan oleh Rasulullah dalam sabdanya: *tanda-tanda orang munafik itu ada tiga yaitu apabila dia berkata ,bohong dan apabila dia berjanji, mengingkari dan bila dia diberi amanah, berhianat..*

Tugas pendidik adalah mengaplikasikan indikator-indikator keimanan tersebut setiap materi mata pelajaran tertuama pendidikan agama Islam. Pendidikan iman menempati posisi yang sentral dan strategis dalam ajaran islam. Iman bukan hanya sekedar percaya. Dengan iman, kegelapan dapat berubah menjadi terang. Bahkan, iman pula yang membuat kita tetap optimis menghadapi tantangan-tantangan modernitas dan masa depan.

Membumikan pendidikan iman, sehingga menjadi iman aktual di tengah masyarakat merupakan tugas berat yang harus diemban oleh para pendidik khususnya, dan umat Islam pada umumnya, Iman aplikatif beserta indikator-indikatornya mutlak dioperasionalisasikan di kedisinian dan di kekinian. Beriman tidak cukup hanya dengan retorika. Seperti pendapat Anis (2014) Iman yang diaktualisasikan dalam amal shalih itu sangat penting bagi kehidupan umat manusia, maka dalam al-Qur'an Allah menyebut kata iman beriringan dengan amal shalih diulang sebanyak 65 kali (Al-Maghribi bin as-Said al-Maghribi. 2007). Pengulangan hingga 65 kali dapat dimaknai bahwa hal tersebut menunjukkan

sesuatu yang sangat penting dan harus disikapi dengan serius dan berkesinambungan oleh umat Islam. Pengulangan itu juga dapat dimaknai sebagai peringatan kepada manusia agar mereka menyadari bahwa iman dan amal shalih itu berkaitan erat. Banyak diantara umat Islam yang lupa bahwa iman dan amal shalih itu merupakan satu kesatuan ajaran Islam yang *teo antrophosentris*. Islam selalu menjaga harmoni hubungan dengan Allah dan hubungan dengan sesama manusia (*hablun minallāh dan hablun min al-nās).*

Akhirnya menurut Jeldi (2012) Beriman itu menyehatkan, baik untuk kondisi kejiwaan maupun fisik seseorang. Banyak penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental dan badan berkolerasi positif dengan keyakinan religius (keimanan) yang diyakini seseorang.

Daftar Pustaka

Al-Jazairi. (1978). *Aqidatu Mu'min, Maktabah Kulliyah al-Azhariyah.*

Al Qur'anulkarim (Miracle The Inference). (2010). Bandung: Sygma Publishing, Cetakan Pertama

Al-Baqiy, M.F. (1992) M*. Mu'jam al- Mufahras li Alfazh al- Qur'an. Cet. III.* Mesir: Dar al- Fikr.

Al-Maghribi. (2007). *(Terjemahan) Begini seharusnya Mendidik*. Jakarta: Darul Haq, cet. V,

Al-Qaradawi. (1997). *al-Sunnah Masdar li al-Ma'rifah wa al-Hadarah,* Dar al-Syuruq Kairo cet 1

Amin an-Najar. (2003). *Tasawwuf an-Nafsi, Kairo, al-Hay-ah al-Mishriyah*

Djamaluddin, A. (1989). *Agama dan psikoterapi, at-tarbiyah, edisi perdana.*

Djamaluddin, A. (1994). *Psikologi islami, edisi III.* Yogyakarta: Keluarga Muslim

Anis, M. (2012). *Tafsir ayat-ayat pendidikan, meretas konsep pendidikan dalam Alquran.* Yogyakarta: Mentari Pustaka

Anis, M. (2014). *Iman sebagai basis penguatan pendidikan muhamadiyah.* MakalahWorkshop di UMRI

Anis, M. (2012). *Isu-isu kontemporer pendidikan Islam.* Materi Kuliah, Program Doktor Psikologi Pendidikan Islam, UMY

Reber, A. (2002) *Peguin dictionary of psychology ringwood.* Victoria: Peguin Book Australia Ltd

Ash-Shabuni. (2008*). Terjemahan tafsir ayat Ahkam Ash-Shabuni (Rawa`i' Al-Bayan tafsir ayat Al-Ahkam min Alquran), jilid 1, cetakan I, alih bahasa Mu`ammal Hamidy & Imron A. Manan.* Surabaya : PT. Bina Ilmu

Assegaf, A.R. (2012). *Filsafat pendidikan Islam, paradigma baru pendidikan hadhari berbasis integratif-interkonektif.* Jakarta: Rajawali Pers

Asy-Syeikh Ahmad Syâkir. (2005). *'Umdatu at-Tafsîr 'An al-Hafidz Ibn Katsîr*, Kairo: Dâr al-Wafa, Juz: 3

Damami, M. (2012). Perilaku *korupsi menggerogoti iman.* Makalah, Suara Muhammadiyah No 15 Th ke 97

Habib Zain bin Ibrahim bin Sumarth. (1998). Hidayatuth *thalibin fi bayan muhimmatid din, terjemahan Afif Muhammad, mengenal mudah rukun Islam, rukun iman, rukun ikhsan secara terpadu*

Hamka. (1983). *Pengajaran agama Islam.* Jakarta: Pustaka Panjimas

Hamka. (1984). *Lembaga hidup* . Jakarta: Pustaka Panjimas

Hamka. (2005). *Tafsir Al-Azhar. Juz. I, II, VIII, XXVI,* Jakarta: Penerbit Pustaka Panjimas

Imam Samsi Ali. (2017). Iman itu bagaikan air. Makalah.

Toshihiko, I. (1994). *Konsep kepercayaan dalam teologi Islam analisis semantik iman dan Islam.* Yogyakarta: Tiara Wacana

Jeldi, R. (2012). *Pendidikan Iman.* Makalah, Program Doktor Psikologi Pendidikan Islam, Universitas Muhamamdiyah Yogyakarta

Khalid,A.RA. (1996). *Garis pemisah antara kufur dan iman.* Jakarta, Bumi Aksara

Mubarok, A. (2003). *Sunnatullah dalam jiwa manusia.* Jakarta IIIT Indonesia

Muthahhari, Murtadha (2002). *Manusia dan alam semesta.* Jakarta: Lentera

Poerwadarminta, W.J.S. (1990). *Kamus besar Bahasa Indonesia.* Balai Pustaka, Jakarta.

Quthb, S. (2004). *Tafsir fi zhilalil Quran di bawah naungan Alquran, jilid 9, terjemahan As'ad Yasin, dkk.* Jakarta: Gema Insani Press

UNESCO-UNEVOC. (2005). *Learning to do (values for learning and working together in a glabalized world).* Germany

Zuhairini, dkk. (2012). *Filsafat pendidikan Islam.* Jakarta: PT Bumi Aksara

Bab 19

Islamic Techniques of Anger Coping: Studi Eksperimen Mengenai Strategi Meredakan Luapan Kemarahan

Henry S. Anugrah, Kamal Setiawan,
Luthvia N. M. Yusuf, & Lu'luatul Chizanah
Universitas Gadjah Mada

Pendahuluan

Pada bulan April 2017 terjadi kasus dimana seseorang berinisial KM (39 tahun) menabrakkan mobil ke tiga orang temannya, yang menyebabkan salah seorang di antaranya tewas, sementara dua orang lainnya mengalami luka berat. Diketahui kasus pembunuhan dengan modus menabrak korban dilatarbelakangi kemarahan dan kecemburuan yang dirasakan KM, sebab ketiga korban duduk di dekat kekasihnya saat sedang berpesta dan karena pelaku juga diolok-olok oleh ketiga temannya tersebut selama pesta (Wahyuningrum, 2018). Selain itu, pada bulan Januari terjadi kasus serupa dimana seorang warga Jabar tega menghabisi seorang ibu hamil karena dendam oleh ucapan korban yang mengolok-olok pelaku seorang "jomblo" (Ghani,

2018). Lebih jauh terjadi pada tahun 2015 warga Pekanbaru dihebohkan dengan penemuan sesosok mayat yang berinisial ZA berusia 23 tahun yang dibunuh oleh temannya sendiri, RD, karena hal yang sepele, yaitu RD berusia 19 tahun nekat membunuhnya karena sering diejek “ompong” oleh korban. Meski mereka merupakan teman, kemarahan RD dilampiaskan dengan menusuk beberapa kali di bagian tubuh korban. Alhasil, kini RD ditahan dalam penjara sebagai sanksi hukuman atas perbuatannya (Setiawati, 2015).

Ketiga kasus tersebut merupakan berbagai macam contoh dari wujud emosi marah yang meluap-luap dan tidak ditangani dengan benar. Diketahui berbagai macam marah yang dirasakan oleh subjek pada ketiga kasus tersebut berawal dari perasaan terluka yang subjek dapatkan dari perilaku orang lain terhadapnya. Marah itu sendiri merupakan salah satu emosi dasar yang dimiliki setiap manusia. Tergolong sebagai emosi primer yang muncul sebagai suatu bentuk reaksi terhadap ketidakadilan yang manusia rasakan. Emosi marah yang kurang tepat atau tidak terkontrol dapat membahayakan diri sendiri maupun orang lain, sebab emosi ini mengarahkan kita untuk menyerang si pengganggu atau sumber kemarahan kita (Kalat, 2009). Maka dari itu, para pelaku dapat melakukan hal-hal ekstrem hingga membunuh korban yang membuat perasaan mereka terluka.

Ketiga contoh kasus tersebut merupakan bukti dampak negatif dari emosi marah yang tidak terekspresikan dengan benar dan tidak terkontrol. Mengenai ekspresi emosi marah ini terdapat dua pandangan dalam teori emosi. Pandangan pertama menyatakan bahwa emosi yang diwujudkan dalam bentuk perilaku dapat meredakan tubuh supaya kembali ke kondisi keseimbangan. Pada pandangan kedua, dinyatakan bahwa perilaku atau gerakan

yang dilakukan untuk mengungkapkan emosi dapat semakin meningkatkan intensi emosi yang dihasilkan seperti dari awal waktu (Wilson, et al., 2006). Adanya kedua pandangan inilah yang mengantarkan peneliti untuk mencari penelitian lebih lanjut mengenai pandangan mana yang lebih tepat dalam emosi marah (*anger coping*). Hal tersebut mengantarkan peneliti kepada penemuan oleh Bushman (2002) yang mengatakan bahwa emosi marah yang diluapkan hingga menimbulkan bentuk agresi tidak mengurangi kemarahan itu sendiri.

Dalam penelitiannya, Bushman membandingkan dua kelompok yang diberi stimulus yang membuat subjek terpancing rasa emosinya, lalu diberi perlakuan yang berbeda sesuai dengan kelompoknya. Pada kelompok kontrol, subjek yang telah mendapat stimulus diberi instruksi untuk duduk diam selama dua menit setelah itu diukur tingkat kemarahannya. Begitu pula dengan kelompok ekperimen, subjek yang telah mendapat stimulus diberikan pertanyaan mengenai apakah mereka memiliki hasrat untuk melampiaskan amarah mereka dengan memukul bantal atau bentuk agresif lainnya, setelah itu subjek diukur pula tingkat kemarahannya. Hasil menunjukkan bahwa metode katarsis berupa *venting* (meluapkan) amarah tidak mengurangi dorongan emosi marah itu sendiri, bagaikan menambah minyak kepada api, emosi marah yang diluapkan justru semakin menambah emosi itu sendiri.

Perlakuan pada kelompok kontrol pada penelitian Bushman (2002) dapat dikatakan mirip dengan *Islamic Techniques of Anger Coping* yang tercantum dalam penelitian oleh Shahsavarani dkk. (2016). Teknik tersebut berisi kumpulan-kumpulan strategi yang dilakukan untuk mengatasi emosi marah yang dihimpun dari literatur Islami (Al-Qur'an dan hadis). Strategi-strategi

dalam teknik tersebut bertujuan untuk menurunkan emosi marah dengan mengubah persepsi subjek mengenai pemicu kemarahannya sendiri. Salah satu strategi yang tercantum di dalamnya adalah perlakuan untuk mengubah posisi dan berdiam diri, sehingga orang yang sedang marah dapat memikirkan emosi marah yang dirasakan dan mengolah kognitifnya supaya emosi marah tersebut reda.

Apabila ditelaah lebih lanjut, teknik katarsis dan *Islamic Techniques of Anger Coping* merupakan dua bentuk teknik yang sangat bertolakbelakang dalam mengatasi emosi marah. Penelitian oleh Bushman (2002) membuktikan bahwa teknik katarsis merujuk pada pandangan pertama dalam teori emosi, yang menyatakan bahwa mewujudkan emosi marah yang dilampiaskan bentuk perilaku dapat meningkatkan intensi dari emosi marah. Di sisi lain, *Islamic Technique of Anger Coping,* menghadirkan suatu teknik yang sangat berkebalikan dari teknik katarsis, dimana emosi marah itu sendiri tidak diwujudkan dalam bentuk perilaku, namun diredam dengan cara diolah persepsi akan kemarahan itu sendiri dalam kognitif. Adanya perbedaan yang sangat kontras dari kedua teknik inilah yang membuat peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam mengenai *Islamic Technique of Anger Coping*, untuk membuktikan apakah teknik ini lebih efektif dalam meredakan emosi marah dibanding teknik katarsis.

Marah

Menurut Sartorius (2002), marah adalah emosi yang membengkakkan mulut (*swells mouth*), yang membuat seseorang tidak mungkin berkata benar, berpikir dengan benar, berpikir efektif, dan diskriminatif dalam bertindak. Perilaku-perilaku tersebut membuat seseorang yang sedang marah dipersepsikan

sebagai orang yang buruk bagi orang lain yang melihatnya. Marah yang parah dan tidak terkontrol akan menyebabkan efek yang semakin parah pula. Marah yang ekstrem dapat memicu seseorang bertindak kekerasan, berperilaku kriminal, bunuh diri, dan mengambil nyawa orang lain (Peacock, 2000).

Sebagai makhluk hidup, manusia memiliki bermacam-macam motivasi mendasar seperti makan dan minum, seks, berkompetisi, dll. Marah terjadi ketika salah satu motivasi mendasar tidak terpenuhi karena ada hambatan tertentu, sehingga menyebabkan orang memberontak, melawan, dan berjang mengalahkan atau menghilangkan hambatan tersebut untuk memenuhi motivasinya (Najati, 2004). Marah menyebabkan berkurangnya kemampuan seseorang dalam berpikir, sehingga tidak mampu membuat keputusan dengan tepat (Najati, 2004). Biasanya, segala perkataan dan perbuatan orang yang sedang marah akan disesali pada kemudian hari.

Selain berdampak terhadap psikologis, marah juga memengaruhi fisiologis seseorang. Marah mengaktifkan kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon adrenalin, yang membuat jantung berdetak lebih cepat, sehingga menyebabkan darah tinggi dan napas terengah-engah (Peacock, 2000). Oleh karena itu, sangat penting bagi setiap orang untuk mengontrol amarahnya dengan menggunakan strategi *coping* yang tepat.

Islamic Techniques of Anger Coping

Menurut Shahsavarani dkk (2016), *Islamic Techniques of Anger Coping* adalah cara-cara berpikir yang berasal dari literatur Islami untuk menurunkan marah dan menumbuhkan keyakinan untuk memaafkan *(efficacy of forgiveness)*, bersabar dan bertoleransi dalam diskusi, serta mempratikkan cara untuk menekan

kemarahan menuju titik awal sebelum marah. Terdapat berbagai strategi lain yang bisa dilakukan untuk koping marah.

Akan tetapi, Shahsavarani dkk (2016) telah mengklasifikasikan metode utama dalam menekan kemarahan menurut Islam berdasarkan Al-Qur'an dan hadis, di antaranya:

1. Mengetahui motif dan penyebab dari marah.
2. Membandingkan kerugian dari marah dengan keuntungan dari mengalah.
3. Berfokus mengingat hukuman dari Tuhan.
4. Menghindari individu-individu yang marah dan agresif.
5. Berdiam diri dan mengubah posisi.
6. Menghalangi sumber-sumber kemarahan.
7. Sebelum memulai tindakan, pikirkan berbagai konsekuensi dari kemarahan untuk melindungi seseorang dari hal tersebut.
8. Mengetahui bahwa marah adalah penyakit hati yang menyebabkan turunnya rasionalitas dan lemahnya kontrol diri.
9. Mengetahui bahwa kemarahan Tuhan terhadap seseorang lebih besar daripada kemarahan seseorang terhadap target kemarahanan.
10. Membaca biografi dari orang yang sabar dan toleran.
11. Memikirkan wajah seseorang yang sedang marah.
12. Memaafkan.
13. Metode dengan pendekatan perilaku.
14. Membangun hubungan pertemanan dengan temperamen yang baik.

Katarsis

Katarsis adalah menggambarkan apa yang dipikirkan dan dirasakan melalui ekspresi fisik dan emosional untuk meredakan ketidaknyamanan psikologis dalam diri seseorang (Schultz & Schultz, 2013). Katarsis pertama kali dicetuskan oleh Josef Breuer, yang kemudian mengajarkan teknik tersebut kepada Sigmund Freud untuk digunakan dalam proses psikoterapi (Feist & Feist, 2008). Katarsis merupakan aspek terapeutik dalam berbagai teknik psikoterapi (Corey, 2011). Dengan kata lain, dalam proses psikoterapi yang dilakukan oleh psikolog, gangguan psikologis yang dirasakan oleh klien dapat mereda ketika klien sedang menceritakan permasalahan yang sedang dihadapinya.

Meskipun katarsis efektif untuk meredakan berbagai gangguan psikologis dan emosi (misalnya, depresi dan emosi sedih), ternyata katarsis kurang efektif dalam menurunkan marah. Penelitian Bushman (2002) menunjukkan bahwa ketika subjek diminta untuk melampiaskan kemarahannya, kadar emosi marah yang dirasakan subjek tidaklah menurun, tetapi justru meningkat. Namun, masih ada anggapan yang tersebar di kalangan masyarakat bahwa marah sebaiknya dilampiaskan agar kadar kemarahannya menurun.

Pada penelitian ini, katarsis dilakukan dengan cara memberikan sebuah kertas kepada subjek. Dengan kertas tersebut, subjek bebas melakukan apapun untuk mengekspresikan kemarahan yang sedang dirasakan (misalnya, menyobek, mencoret, meremas, dan menulis). Dengan demikian, katarsis tentang kemarahan yang subjek rasakan akan tertuang pada kertas yang telah diberikan kepadanya.

Tahapan Proses Penelitian

a. Tahap Awal
   - Menerjemahkan skala STAXI-II ke dalam Bahasa Indonesia.
   - Menguji coba Skala tersebut dengan 111 responden
   - Merancang desain eksperimen penelitian (metode *Islamic Techniques of Anger Coping vs Katarsis*)
   - Menyusun Modul Eksperimen
   - Menyusun Lembar Persetujuan (*Inform Consent*) dan lembar pengisian kuesioner

b. Tahap Persiapan Eksperimen
   - Menyeleksi 90 calon partisipan eksperimen menjadi 34 orang.
   - Menghubungi 34 calon partisipan
   - Membuat video stimulan untuk memunculkan emosi marah
   - Mencetak lembar persetujuan (*Inform Consent*) dan lembar pengisian kuesioner
   - Mempersiapkan snack, makan siang, souvenir, insentif, perangkat dan tempat penelitian

c. *Tahap Pelaksanaan*
   - Subjek mengisi lembar persetujuan
   - Pemberian video stimulan
   - Pemberian *pretest*
   - Pemberian perlakuan (*Islamic Techniques of Anger Coping* pada kelompok eksperimen satu dan perlakuan katarsis dengan menulis, menyobek, mencoret-coret, dan meremas kertas yang telah disedikan pada kelompok eksperimen dua)

- Pemberian *posttest*

d. *Tahap analisis data*
   - Data diinput menggunakan Ms. Excel
   - Data diolah menggunakan SPSS 21
   - Data dianalisis dengan membandingkan skor skala *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen satu dan dua.

e. *Tahap akhir*
   - Penyusunan laporan akhir, poster, dan pubilkasi hasil penelitian.

Subjek

Peneliti menggunakan 22 orang sebagai subjek penelitian dengan kriteria: berusia 18—22 tahun (M= 19,77 : SD=1,02), sedang berada di Yogyakarta, memiliki *Trait Anger* yang tinggi dan *Anger Control* yang rendah. Subjek yang memiliki agama Islam berjumlah 16 orang, katolik 4 orang dan kristen 2 orang. Ke-22 subjek penelitian tersebut dibagi menjadi dua kelompok dengan jumlah anggota kelompok masing-masing berisi 13 orang subjek dalam kelompok eksperimen satu dan 9 subjek dalam kelompok eksperimen dua. Teknik penempatan subjek dilakukan dengan *random assignement* dimana subjek ditempatkan dengan menggunakan undian secara acak yang dilakukan oleh peneliti. Dalam penelitian ini, peneliti tidak bertindak sebagai eksperimenter (*researcher non-experimenter*).

Eksperimen

Sebelum pelaksanaan eksperimen, peneliti menerjemahkan skala STAXI-II dengan rentang 1 – 5 (Skala Likert) yang disusun oleh Speilberger (1999) serta diujicobakan oleh 111 responden

dengan rentang umur 17 – 23 tahun. Skala tersebut memiliki 3 aitem yang tidak dapat diterjemahkan karena kesukaran semantik (keterbatasan terjemahan bahasa Indonesia) serta 3 aitem memiliki skor korelasi aitem total dibawah 0,3. Secara keseluruhan skala STAXI-II yang telah diterjemahkan oleh peneliti kedalam bahasa Indonesia yang memiliki skor *Cronbach Alpha* sebesar α=0,95 (contoh aitem: "saya merasa ingin memukul orang lain", "saya merasa ingin menggebrak meja", "saya merasa tidak bisa berpikir dengan jernih").

Saat H-3 pelaksanaan eksperimen, peneliti kembali menyebarkan skala kepada responden yang berbeda untuk menyeleksi subjek dalam eksperimen ini. Terdapat 39 subjek yang dapat mengikuti eksperimen dikarenakan memiliki *Anger Control* yang rendah dan *Anger Trait* yang tinggi namun ternyata hanya 22 subjek yang dapat mengikuti eksperimen.

Subjek penelitian ditempatkan pada ruang B-104 Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Eksperimen ini dilakukan secara kelompok. Subjek pada kelompok eksperimen satu, mendapatkan perlakuan *Islamic Techniques of Anger Coping* yang berisi perlakuan duduk, mengubah ranah kognitif subjek khususnya pada taraf persepsi mengenai emosi marah dan cara mengekspresikannya melalui CBT (*Cognitive-Behavioral Therapy*), serta terapi pernapasan, dengan tujuan akhir dari teknik tersebut adalah menimbulkan keyakinan untuk memaafkan dan meredanya emosi marah. Di sisi lain, kelompok eksperimen dua diberi perlakuan yang sama urutannya, hanya berbeda pada terapi yang diberikan. Kelompok eksperimen dua diberikan perlakuan metode katarsis berupa pelampiasan kemarahan dengan mencoret, menulis, meremas, menyobek kertas yang diberikan.

Setelah perlakuan diberikan, subjek dalam kedua kelompok diminta kembali untuk mengisi skala.

Proses keseluruhan eksperimen membutuhkan waktu paling lama adalah 3 jam dan paling cepat 2 jam. Setelah eksperimen dilakukan, peneliti menganalisis data-data yang telah didapat selama pelaksanaan eksperimen menggunakan software SPSS Versi 21 menggunakan analisis *Mann Whitney*. Peneliti akan melihat selisih perbedaan skor sebelum dan skor setelah diberi perlakuan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika ada perbedaan maka *Islamic Techniques of Anger Coping* ini efektif untuk meredakan emosi marah yang dirasakan.

Penetapan Kriteria Jumlah Subjek

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen yang menggunakan subjek di rentang usia dewasa awal sebagai populasi. Pemilihan subjek penelitian dengan metode *random assignment*. Sebelumnya, subjek yang berhasil memenuhi kriteria dikumpulkan berdasarkan hasil jawaban kuesioner yang disebarkan di awal. Adapun kriteria yang ditetapkan untuk memilih subjek adalah subjek yang memiliki sifat marah yang tergolong tinggi dan memiliki kontrol emosi marah yang rendah. Penetapan kategori tinggi dan rendahnya skor subjek berdasarkan pada jurnal penelitian sebelumnya oleh Deffenbacher dkk (1996) yang menetapkan kategori skala berdasarkan skor persentil. Jika skor di atas 75% dapat dikatakan tinggi, 75%—25% sedang, dan di bawah 25% rendah.

Pemilihan subjek yang berusia di atas 17 tahun disebabkan oleh adanya teori perkembangan emosi yang mengatakan bahwa pada usia di atas 17 tahun yang meruapakan masa remaja akhir

muncul kesadaran sebagai hasil dari perkembangan emosi yang membuat mereka dapat mengenali emosi yang dirasakan, serta bagaimana cara mewujudkan emosi yang dirasakan (Santrock, 2007).

Adapun syarat minimal jumlah subjek untuk menghasilkan data yang baik dari suatu penelitian eksperimen sebesar 15 orang pada tiap kelompoknya. Maka dari itu, pada proposal kami merencanakan untuk mengundang 30 orang subjek yang dibagi ke dalam kedua kelompok, yakni kelompok perlakuan A dan kelompok perlakuan B, yang masing-masing sebesar 15 orang. Akan tetapi, realitanya, subjek yang berhasil mengikuti jalannya eksperimen berjumlah sebanyak 13 orang pada kelompok perlakuan A dan sebanyak 9 orang pada kelompok perlakuan.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menggunakan skala STAXI-II yang mengukur kondisi emosi marah yang dirasakan oleh subjek pada saat eksperimen berlangsung. Pengumpulan data dilakukan sebanyak dua kali yakni pada saat sebelum perlakuan dan setelah perlakuan diberikan. Pengumpulan data sebelum perlakuan diberikan bertujuan untuk mengukur emosi marah yang dirasakan setelah menonton video stimulan, sementara pengumpulan data yang diberikan setelah perlakuan, bertujuan untuk mengukur adanya penurunan emosi marah pada subyek.

Temuan

Data yang telah diperoleh dianalisis menggunakan teknik Mann-Whitney U dengan *software* SPSS versi 21. Teknik tersebut digunakan untuk membandingkan skor *pretest* dengan *posttest* pada masing-masing kelompok. Teknik tersebut juga digunakan

untuk membandingkan skor *pretest* dengan *pretest* dan *posttest* dengan *posttest* antar kelompok.

Hasil analisis *pretest* pada kelompok eksperimen 1 dengan 2 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara keduanya (p=0,140; z=-1,477). Hal ini menunjukkan bahwa sebelum perlakuan diberikan, subjek pada kedua kelompok memiliki kemarahan yang relatif setara.

Hasil analisis *pretest* dengan *posttest* pada kelompok eksperimen 1 menunjukkan bahwa ada perbedaan sangat signfiikan antara keduanya (p0,01; z=-4,279). Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan *Islamic Techniques of Anger Coping* terbukti efektif untuk meredakan kemarahan.

Hasil analisis *pretest* dengan *posttest* pada kelompok eksperimen 2 meunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara keduanya (p>0,05; z=-1,726). Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan katarsis terbukti tidak efektif untuk meredakan marah.

Hasil analisis *posttest* pada kelompok eksperimen 1 dengan 2 menunjukkan bahwa ada perbedaan sangat signifikan antara keduanya (p0,01; z=-2,954). Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan *Islamic Techniques of Anger Coping* terbukti lebih efektif daripada katarsis untuk meredakan marah.

Modul Eksperimen

Modul eksperimen adalah sebuah modul yang berisi prosedur teknis untuk mempraktikkan *Islamic techniques of anger coping*. Modul eksperimen dibuat agar *islamic techniques of anger coping* dapat dilakukan secara seragam (sama) oleh siapapun yang melakukan – khususnya terapis, peneliti, dan psikolog. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Islamic techniques of anger coping* terbukti mampu meredakan marah dan lebih baik daripada

katarsis dalam meredakan marah. Harapannya, *Islamic techniques of anger coping* dapat dilakukan secara luas oleh peneliti dan psikolog sebagai metode terapi untuk mengatasi masalah kemarahan yang sedang melanda masyarakat.

Kesimpulan

Islamic techniques of anger coping terbukti efektif untuk meredakan marah. Hal ini ditunjukkan melalui perbedaan yang sangat signifikan antara skor *pre-test* dengan *post*-test pada kelompok eksperimen 1 (kelompok yang melakukan perlakuan *islamic techniques of anger coping)*. Selain itu, katarsis terbukti tidak efektif untuk meredakan marah. Hal ini ditunjukkan melalui perbedaan yang tidak signifikan antara skor *pre-test* dengan *post-test* pada kelompok eksperimen 2 (kelompok yang melakukan perlakuan katarsis). *Islamic techniques of anger coping* juga terbukti lebih baik daripada katarsis untuk meredakan marah. Hal ini ditunjukkan melalui perbedaan yang sangat signifikan antara skor *post-test* kelompok eksperimen 1 dengan kelompok eksperimen 2. Tidak adanya perbedaan antara kelompok *pre-test* 1 dengan kelompok eksperimen 2 juga menunjukkan bahwa kadar kemarahan yang dirasakan oleh subjek pada setiap kelompok relatif setara. Dengan kata lain, tidak ada efek bias mengenai rendahnya kadar kemarahan yang terjadi setelah subjek diberikan perlakuan pada masing-masing kelompok eksperimen.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Bushman (2002) yang menunjukkan bahwa melampiaskan kemarahan (katarsis) tidak efektif untuk menurunkan marah. Secara ilmiah, hasil penelitian ini telah membantah anggapan yang menyatakan bahwa kemarahan sebaiknya dilampiaskan. Harapannya, *Islamic techniques of anger coping* dapat diterapkan oleh para peneliti

atau psikolog sebagai metode psikoterapi bagi orang-orang yang memiliki permasalahan dalam mengendalikan amarah, sehingga kasus-kasus kekerasan yang berujung pada pembunuhan/ kematian tidak terjadi lagi di Indonesia.

Saran

Setidaknya, terdapat dua kekurangan pada penelitian. Pertama, pengukuran kemarahan pada *pre-test* dan *post-test* menggunakan skala yang sama, sehingga memungkinkan terjadinya *order effect* (subjek berusaha memenuhi hipotesis penelitian karena telah mengetahui arah dan tujuan dari penelitian). Kedua, video pemantik kemarahan yang digunakan memiliki tema tertentu, sehingga mungkin saja ada subjek yang rasa amarahnya belum terpantik secara maksimal karena tema video tersebut kurang "sesuai" dengan beberapa subjek. Terlepas dari berbagai kekurangan ada, secara empirik, penelitian ini telah membuktikan bahwa *Islamic techniques of anger coping* efektif untuk meredakan amarah dan lebih baik daripada katarsis untuk meredakan amarah.

Untuk penelitian selanjutnya, peneliti menyarankan untuk menggunakan metode pengukuran amarah dengan cara yang berbeda (misalnya, observasi dan wawancara) agar meminimalisasi *order effect* dan mampu mendeskripsikan apa yang subjek pikirkan dan rasakan. Peneliti juga menyarankan untuk menggunakan pemantik kemarahan yang berbeda (video pemantik dengan tema yang berbeda ataupun metode pemantik kemarahan yang lain) agar kemarahan pada diri subjek dapat dirasakan secara lebih maksimal.

Daftar Pustaka

Bushman, B. J. (2002). Does venting anger feed or extinguish the flame? catharsis, rumination, distraction. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*(6), 724-731.

Corey, G. (2012). *Theory and practice of group counseling.* 8th ed. Belmont: Cengage Learning.

Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Thwaites, G. A., Lynch, R. S., Baker, D. A., Stark, R. S., Thacker, S., & Eiswerh-Cox, L. (1996). State-trait anger theory and the utility of the trait anger scale. *Journal of Counseling Psychology, 43*(2), 131-148.

Ghani, H. (2018). *Alasan pelaku bunuh ibu hamil di Garut karena disebut jomblo.* [Online]. Diakses melalui: https://m.detik.com/news/berita-jawa-barat/d-3839740/alasan-pelaku-bunuh-ibu-hamil-di-garut-karena-disebut-jomblo (pada 13 Juni 2018)

Feist, J. & Feist, G. J. (2008). *Theories of personality. 7th ed.* New York: McGraw-Hill.

Kalat, J. W. (2009). *Biological psychology. 10th ed.* Belmont: Cengage Learning.

Najati, M. U. (2004). *Psikologi dalam Perspektif Hadits.* Jakarta: PT Pustaka Al-Husna Baru.

Peacock, J. (2000). *Anger management: Perspective on mental health.* Mankato: Capstone Press.

Santrock, J. W. (2007). *A topical approach to life-span development. 7th ed.* New York: Mc-Graw Hill.

Sartorius, N. (2002). *Fighting for mental health: A personal view.* Cambridge: Cambridge University Press.

Schultz, D. P. & Schultz, S. E. (2013). *Theories of personality. 10th ed.* Belmont: Cengage Learning.

Setiawati, W. (2015). *Info yunik.* [Online] diakses melalui: http://www.infoyunik.com/2015/04/lima-motif-pembunuhan-karena-hal-sepele.html (pada 29 Oktober 2017).

Shahsavarani, A.M., Noohi, S., Heyrati, H., Mohammadi, M., Mohammadi, A., & Sattari, K. (2016). Anger management and control in social and behavioral sciences: A systematic review of literature on biopyschosocial model. *International Journal of Medical Reviews, 3*(1), 355-364.

Speilberger, C. D. (1999). *State-trait anger expression inventory-2: Professional manual.* Odessa: Psychological Assessment Resources.

Wahyuningrum, R. (2018). *Cemburu dan marah di balik pembunuhan dengan modus menabrak di Tambora.* [Online] diakses melalui: https://megapolitan.kompas.com/read/2018/04/26/07424391/cemburu-dan-marah-di-balik-pembunuhan-dengan-modus-menabrak-di-tambora (pada 13 Juni 2018)

Wilson, J. M., Hagood, T. K. & Brennan, M. A. (2006). *The legacy of america's dance education pioneer.* New York: Cambria Press.

Strategi Koping Adaptif dan Dukungan Sosial Sebagai Prediktor Intensi Santri Menyelesaikan Pendidikan di Pondok Pesantren

Huda Saifullah Kamalie
Program Magister Psikologi Profesi
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
hudaakamalie@gmail.com

Pendahuluan

Pesantren adalah suatu lembaga pendidikan Islam di mana para santrinya tinggal di pondok yang dipimpin oleh kiai. Para santri tersebut mempelajari, memahami dan mendalami, menghayati dan mengamalkan ajaran Islam dengan menekankan pada pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilakunya dalam kehidupan sehari-hari (Kompri, 2018). Dhofier (1985) membagi pondok pesantren menjadi dua macam, yaitu pondok pesantren tradisional (salafi) dan pondok pesantren modern (khalafi). Berbeda dengan pondok pesantren tradisional yang masih mempertahankan kurikulum berdasarkan kitab-kitab

klasik sebagai inti pendidikan di pesantren, pondok pesantren modern sudah memiliki kurikulum sekolah yang menekankan subjek-subjek studi Islam dan menggunakan metode pengajaran modern secara keseluruhan (Dhofier, 1985; Zarkasyi, 2015).

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 12 pondok pesantren modern yang tersebar di beberapa lokasi di Indonesia menunjukkan bahwa fenomena penurunan jumlah santri setiap kenaikan kelas terjadi pada 82% pondok pesantren. Salah satu pondok pesantren modern di Jakarta menganut sistem pendidikan yang disebut dengan Tarbiyatul Mu'allimin wal Mu'allimat al-Islamiyah (TMI) selama enam tahun yang setara dengan Madrasah Tsanawiyah dan Madrasah Aliyah. Sistem pendidikan ini mengharuskan seluruh santrinya untuk mengikuti ujian pondok agar dapat memperoleh ijazah pondok. Ujian pondok diadakan pada tahun terakhir atau tahun ke enam dan dilaksanakan setelah santri mengikuti ujian nasional. Meskipun demikian, kenyataan dilapangan menunjukkan bahwa berdasarkan rekapitulasi data santri dari tahun ajaran 2012 hingga 2018 ditemukan bahwa setiap kenaikan kelas terdapat lebih dari 10 % santri yang tidak menyelesaikan pendidikannya ke kelas yang lebih tinggi.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada alumni yang memutuskan keluar dari pondok pesantren sebelum lulus, santri dan juga guru di pondok pesantren, diketahui terdapat beberapa alasan sehingga hal tersebut bisa terjadi, di antaranya adanya aturan dan kegiatan yang ketat sehingga memberikan tekanan pada santri, adanya konflik dan tekanan sosial, dan tidak mampu mengikuti pelajaran di sekolah dengan baik. Menurut pengakuan salah seorang guru yang mengajar di pondok pesantren, diketahui bahwa banyak dari santri yang memilih keluar dari pondok

sebelum lulus adalah santri yang memiliki hambatan dalam menghadapi perubahan lingkungan dan tuntutan di pondok pesantren. Mereka juga tidak mampu mengatasi tantangan maupun permasalahan yang ada di pondok pesantren.

Dilihat berdasarkan usia, santri yang tinggal di pondok pesantren rata-rata berusia 11 hingga 18 tahun. Menurut Thornburgh (1982) pada usia tersebut individu berada pada masa remaja. Salah satu tugas perkembangan manusia pada masa remaja adalah memperoleh rangkaian sistem nilai dan etika sebagai pedoman perilaku (Havighurst, 1972). Salah satu pondok pesantren di Jakarta memiliki nilai-nilai dasar yang menjadi pedoman dalam pendidikan karakter, pribadi maupun perilaku santri dalam kehidupan sehari-hari yang dikenal sebagai panca jiwa, panca bina dan panca darma. Namun jika santri keluar dari pondok pesantren sebelum lulus, nilai-nilai ini tidak dapat diterapkan secara maksimal. Siswa yang pindah sekolah juga akan mengalami kesulitan ketika kurikulum di sekolahnya yang baru berbeda dengan kurikulum di sekolah sebelumnya (Kerbow, 1996). Siswa yang pindah sekolah juga akan mengalami berbagai masalah penyesuian, yang mencakup tingkat prestasi akademis yang lebih rendah karena perubahan kurikulum antar sekolah, penurunan motivasi dan performansi belajar, harga diri rendah, kesulitan dengan pengembangan hubungan teman sebaya, dan masalah perilaku (Midgley, Feldlaufer & Eccles, 1988; Rumberger, Larson, Ream & Palardy, 1999). Untuk itu santri yang memilih keluar dari pondok pesantren dan pindah sekolah perlu menjadi perhatian pihak sekolah.

Keinginan untuk menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren disebut sebagai intensi. Intensi adalah anteseden dari sebuah perilaku yang tampak (Ajzen, 2005). Semakin besar

intensi individu terhadap suatu perilaku maka semakin besar pula kemungkinan individu untuk memunculkan perilaku tersebut. TPB adalah alat yang dapat digunakan untuk memprediksi perilaku individu ketika individu tersebut tidak memiliki kontrol kemauan sendiri secara penuh (Mahyarni, 2013). Penelitian-penelitian terdahulu telah memberikan bukti yang kuat bahwa kecenderungan untuk melakukan perilaku tertentu memang dapat diprediksi dengan baik dari intensi (Ajzen, 2005). Intensi adalah fungsi dari tiga determinan dasar, yaitu sikap terhadap perilaku *(attitude toward the behavior),* mencerminkan pengaruh sosial atau yang disebut sebagai norma subjektif *(subjective norm)*, dan berkaitan dengan masalah kontrol atau yang disebut sebagai persepsi kontrol perilaku *(perceived behavioral control)* (Ajzen, 2005).

Menurut teori perkembangan, masa remaja adalah masa yang kompleks dan berisiko (Slavin, 2011). Banyaknya perubahan dan kompleksitas serta meningkatnya tuntutan dan harapan di lingkungan remaja, terutama di sekolah, dapat dengan mudah memicu konflik pada remaja sehingga mereka memilih untuk menyalahkan diri sendiri atas masalah sosial maupun akademik (Harter, Whitesell, & Kowalski, 1992). Kondisi tersebut menjadikan remaja dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal dalam berperilaku dan membuat keputusan (Cole, Holtgrave, Rios, 1992; Rolison & Scherman, 2002; Rudan, 2000). Dengan demikian, dapat menjadi pertimbangan bahwa penelitian mengenai intensi berperilaku pada remaja perlu melibatkan kondisi di dalam (internal) dan di luar (eksternal) dirinya.

Berbeda dengan siswa di sekolah non-asrama, kehidupan sekolah berasrama melibatkan sistem regulasi yang kompleks dan adanya jadwal kegiatan dan rutinitas harian yang ketat (Martin,

Papworth, Ginns, dan Liem, 2014). Hampir seluruh aktivitas atau kegiatan yang dilakukan siswa di sekolah berasrama diatur dalam jadwal yang telah ditentukan oleh sekolah. Di pondok pesantren, kegiatan santri seluruhnya diatur oleh pengurus asrama. Selain sistem regulasi yang kompleks dan jadwal kegiatan serta rutinitas harian yang ketat, perbedaan interaksi pengasuhan juga membedakan antara siswa di sekolah berasrama dan tidak (Martin dkk., 2014).

Berbagai macam tuntutan agar mampu beradaptasi pada perubahan serta adanya perubahan peran dan tanggung jawab dapat menjadi stressor bagi santri di pondok pesantren. Stres adalah realitas kehidupan sehari-hari yang tidak dapat dihindari yang dinilai oleh individu sebagai beban atau melebihi sumber daya yang mereka miliki dan membahayakan kesejahteraan mereka dan disebabkan oleh perubahan yang memerlukan penyesuaian (Keliat, 1999; Lazarus & Folkman, 1985). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa stres mempengaruhi penurunan kemampuan akademik yang menurun, kesehatan yang memburuk, depresi, gangguan tidur (Gaol, 2016), serta berbagai intensi individu dalam berperilaku, seperti intensi berolahraga (Payne, Jones & Harris, 2002) dan intensi berperilaku tidak sehat (Louis, Chan & Greenbaum, 2009). Untuk mengatasi stres, manusia perlu melakukan koping. Koping adalah segala upaya kognitif maupun perilaku yang dilakukan individu guna mengatasi dan mengelola tuntutan eksternal dan/atau internal yang dinilai sebagai beban atau melebihi sumber daya yang dimiliki oleh individu tersebut sehingga memunculkan stres pada situasi yang menegangkan (Anspaugh, Hamrick & Rosato, 2003; Lazarus & Folkman, 1985; Orzechowska, Zajaczkowska, Tararowska, & Gatecki, 2013).

Menurut Anspaugh, Hamrick dan Rosato (2003) untuk mengatasi stres, individu dapat melakukan berbagai jenis strategi koping. Strategi koping adalah strategi yang digunakan oleh individu untuk melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimilikinya dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya (Dodds, 1993). Carver, Schaler dan Weintraub (1989) mengklasifikasikan dua jenis strategi koping untuk menilai efektivitasnya berdasarkan periode waktu, yaitu strategi koping adaptif dan strategi koping maladaptif. Strategi koping adaptif adalah strategi koping yang meningkatkan adaptional outcome pada jangka panjang, sedangkan strategi koping maladaptif adalah strategi koping yang pada jangka pendek (Carver dkk., 1989). Strategi koping adaptif terdiri dari sembilan aspek, yaitu *active coping, planning, supperession of competing activities, restraint, seeking social support for instrumental reasons, seeking social support for emotional reasons, positive reinterpretation and growth, acceptance* dan turning to *religion* (Carver dkk., 1989).

Menurut Thompson dan Gaudreau (2008) penggunaan koping yang tepat dapat menghasilkan peningkatan yang signifikan dalam motivasi akademik. Adanya upaya untuk mengatasi tantangan yang diwujudkan dalam koping yang adaptif dapat meningkatkan rasa kompetensi dan otonomi yang diperlukan untuk menginternalisasi kegiatan akademik dalam diri (Thompson & Gaudreau, 2008). Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan strategi koping adaptif berdampak pada intensi individu dalam beperilaku (Araújo-Soares, McIntyre & Sniehotta, 2009; Lin, Brostrom, Nilsen & Pakpour, 2018). Strategi koping yang digunakan oleh anak-anak dan remaja dapat berdampak pada perkembangan dan kesejahteraan psikologis mereka. Strategi koping adaptif adalah jaminan untuk gaya hidup yang sehat dan kualitas hidup individu (Rodriguez, 2012). Hal ini dapat

menjadi faktor pendukung intensi santri untuk menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren.

Berdasarkan wawancara pendahuluan yang dilakukan, selain strategi koping adaptif, faktor lain yang dapat meningkatkan intensi santri untuk menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren adalah dukungan dari lingkungan di pondok pesantren. Dorongan yang timbul akibat adanya interaksi lingkungan atau oleh individu yang memiliki pengaruh dalam kehidupan seseorang, baik yang bersifat emosional, informasi, instrumental dan penilaian disebut sebagai dukungan sosial (House & Kahn, 1985). Dukungan sosial yang diterima siswa di sekolah dapat memberikan dampak pada performansi akadamik (Ahmed, Minnaert, Werf, & Kuyper, 2010), kesejahteraan psikologis dan penyesuaian akademik siswa (Sadoughi & Hasempour, 2016; Yasin & Dzulkifli, 2010). Menurut House dan Khan (1985) dukungan sosial dapat membantu individu dalam mengurangi pengaruh yang merugikan dan dapat mempertahankan diri dari pengaruh negatif stressor. Sejumlah penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan dalam memprediksi intensi individu dalam berperilaku (Chen, Chen, Hu & Cheng, 2015; Courneya, Plotnikoff, Hotz, dan Brikett,2000; George, Eys, Oddson, Charland, Schinke & Bruner, 2013).

Berdasarkan uraian fenomena dan teori yang ada, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang peran strategi koping adaptif dan dukungan sosial dalam memprediksi intensi santri menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama dapat menjadi prediktor terhadap intensi santri untuk menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Secara teoritis penelitian ini diharapkan

dapat memberikan sumbangan hasil riset dalam bidang psikologi pendidikan. Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada santri dan guru mengenai gambaran strategi koping dan dukungan sosial santri. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi kepada praktisi atau pihak yang berkepentingan di dunia pendidikan terutama di pondok pesantren guna menyusun kebijakan atau upaya preventif santri pindah dari pondok pesantren sebelum menyelesaikan pendidikannya. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama dapat memprediksi intensi santri menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren.

Metode

Pada penelitian ini terdapat tiga variabel yang terdiri dari dua variabel prediktor dan satu variabel kriterium. Dua variabel prediktor yang akan diteliti adalah strategi koping adaptif dan dukungan sosial, sedangkan variabel kriterium yang akan diteliti adalah intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Strategi koping adaptif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah upaya kognitif maupun perilaku yang dilakukan oleh santri untuk mengelola dan mengatasi situasi yang menekan atau memecahkan masalah sebagaimana diukur oleh skala strategi koping adaptif. Dukungan sosial yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bantuan emosional, instrumental, informasional dan penilaian positif yang diberikan oleh teman dan ustadz/ah pengasuh dan diterima oleh santri di pondok pesantren sebagaimana diukur oleh skala dukungan sosial. Sedangkan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren merupakan kecenderungan santri untuk menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren hingga lulus kelas enam sebagaimana diukur oleh skala intensi.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pendekatan survei dengan metode kuantitatif. Penelitian ini dilakukan pada satu pondok pesantren modern di Jakarta yang memiliki jumlah santri sebanyak 2147 orang. Berdasarkan perhitungan ukuran sampel menggunakan rumus Slovin, jumlah sampel yang dapat digunakan untuk mendukung generalisasi penelitian ini adalah sebanyak 331 siswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *probability sampling*, yaitu *stratified sampling* atau sampel bertingkat.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah, 1) Skala strategi koping adaptif: skala yang disusun oleh Rejeki (2016) dengan menggunakan aspek strategi koping menurut Carver dkk. (1989) yang terdiri dari 21 aitem jenis dan disajikan dalam bentuk *likert*, 2) Skala dukungan sosial: skala dukungan sosial disusun oleh Riady (2017) berdasarkan jenis dukungan sosial menurut House dan Kahn (1985). Instrumen ini terdiri dari 35 aitem dan disajikan dalam bentuk likert, 3) Skala intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren: skala yang terdiri dari 8 pernyataan yang disusun oleh peneliti berdasarkan panduan cara mengukur intensi menurut Ajzen (Ajzen, 2005; Ajzen, 2006; Fishbein & Ajzen, 2010).

Tahap awal yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah peneliti mencari skala guna mengukur strategi koping adaptif dan dukungan sosial. Selain itu, peneliti juga mencari teori untuk mengembangkan skala intensi yang didasari pada cara mengukur intensi menurut Ajzen (2005). Sebelum dilakukan uji coba kepada santri pondok pesantren, peneliti melakukan validitas isi pada skala intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren dengan melibatkan panel ahli. Setelah skala diperoleh,

peneliti melakukan uji skala dilanjutkan daya diskriminasi dan reliabilitas skala yang dilakukan terhadap santri yang memiliki karakteristik yang sama dengan karakteristik sampel penelitian yang akan dilakukan. Setelah diperoleh skala yang valid dan reliabel, selanjutnya peneliti akan menyebarkan skala kepada sampel sesuai dengan karakteristik yang sudah ditentukan. Data yang telah terkumpul kemudian akan dianalisis. Adapun langkah-langkah yang ditempuh dalam analisis data adalah 1) Uji asumsi. Uji asumsi dilakukan dengan menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas dan uji heteroskedastisitas, 2) Uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan analisis regresi ganda dan analisis koefisien determinasi.

Hasil

Berdasarkan uji validitas aitem pada skala intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren dengan melibatkan tujuh *professional judgement* yang terdiri dari tiga orang dosen psikologi, seorang psikolog dan tiga orang mahasiswa magister profesi psikologi sebagai *rater* dengan menggunakan aiken's v, diperoleh nilai V pada rentang 0,89 – 1. Hal ini menunjukkan bahwa delapan aitem pada skala intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren memenuhi syarat validitas isi. Setelah diperoleh skala intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren yang valid, peneliti melakukan uji coba ketiga skala penelitian kepada 100 orang santri. Data yang diperoleh kemudian di uji daya beda aitem dan reliabilitasnya.

Berdasarkan perhitungan uji daya beda aitem dengan menggunakan SPSS terhadap tiga instrumen penelitian yang digunakan, diketahui bahwa delapan aitem yang disajikan pada skala intensi memiliki nilai korelasi aitem total bergerak dari

nilai 0,73 sampai dengan 0,90 dan memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,96. Pada skala strategi koping adaptif, dari 21 aitem yang disajikan, terdapat empat aitem yang gugur dan diperoleh 17 aitem dengan nilai korelasi aitem total bergerak dari nilai 0,34 sampai dengan 0,67 serta memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,86. Pada skala dukungan sosial, dari 35 aitem yang disajikan, terdapat lima aitem yang gugur dan diperoleh 30 aitem dengan nilai korelasi aitem total bergerak dari nilai 0,30 sampai dengan 0,72 serta memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,92.

Selanjutnya peneliti melakukan pengambilan data kepada 343 santri di salah satu pondok pesantren di Jakarta (jumlah sampel penelitian kemudian disesuaikan dengan jumlah santri dalam kelas yang diperoleh berdasarkan teknik random). Sampel penelitian terdiri dari santri laki-laki (42,6%) dan perempuan (57,4%) yang berasal dari kelas 1 (41,8%), 2 (11,4%), 3 (11,1%), 4 (15,4%) dan kelas intensif (9,3%). Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa sebanyak 67,9% santri memiliki intensi yang tinggi untuk menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren, 22,7% santri memiliki intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren pada kategori sedang dan sebanyak 9,4% santri memiliki intensi yang rendah untuk menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Berdasarkan skala strategi koping adapatif, diketahui bahwa sebanyak 85,1% santri memiliki strategi koping adaptif tinggi, 14,9% santri memiliki strategi koping adaptif pada kategori sedang dan tidak terdapt santri yang memiliki strategi koping adaptif yang rendah. Pada skala dukungan sosial, ditemukan bahwa sebanyak 73,8% santri memperoleh dukungan sosial yang tinggi, 25,7% santri memperoleh dukungan sosial pada kategori sedang dan 0,5% santri memperoleh dukungan sosial yang rendah.

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas, linearitas, multikolinearitas dan heteroskedastisitas. Berdasarkan uji normalitas menggunakan perhitungan SPSS diketahui bahwa data penelitian ini tidak normal ($p<0,05$), namun meskipun distribusi data menunjukkan ketidaknormalan akan tetapi ukuran subjek penelitian besar (100 atau lebih), penggunaan statistik yang membutuhkan asumsi distribusi data normal tetap dapat dilakukan (Vaus, 2002). Selanjutnya, uji linearitas yang dilakukan menunjukkan bahwa kedua variabel prediktor menunjukkan hubungan yang linear dengan variabel kriterium penelitian ini sebagaimana yang ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. *Hasil Uji Linearitas*

Variabel	F	P	Ketentuan	Keterangan
Intensi (Y) * Strategi Koping Adaptif (X_1)	27,938	0,000	p>0,05	Linear
Intensi (Y) * Dukungan Sosial (X_2)	5,864	0,016	p>0,05	Linear

Berdasarkan uji multikolinearitas yang dilakukan, diketahui bahwa tidak terdapat interkorelasi yang tinggi antar variabel prediktor dalam penelitian. Hal ini dapat dilihat berdasarkan nilai *tolerance* kedua variabel prediktor lebih berada di atas 0,1 dan nilai VIF kedua variabel prediktor berada di bawah 10 sebagaimana yang ditunjukkan pada tabel 2.

Tabel 2. *Hasil Uji Multikoliearitas*

Variabel Prediktor	Tole-rance	VIF	Keterangan
Strategi Koping Adaptif	0,872	1,146	Tidak terjadi multikolinearitas
Dukungan Sosial	0,872	1,146	Tidak terjadi multikolinearitas

Uji asumsi yang terakhir adalah uji heteroskedastisitas. Berdasarkan uji heteroskedastisitas, diketahui bahwa tidak terjadi kesamaan antar residu dengan variabel prediktor dalam model regresi linear. Hal ini dapat dilihat berdasarkan nilai signifikansi kedua variabel prediktor lebih besar atau sama dengan 0,05 sebagaimana yang ditunjukkan pada tabel 3.

Tabel 3. *Hasil Uji Heteroskedastisitas*

Variabel Prediktor	P	Ketentuan	Keterangan
Strategi Koping Adaptif	0,055	p>0,05	Tidak terjadi heteroskedas-tisitas
Dukungan Sosial	0,680	p>0,05	Tidak terjadi heteroskedas-tisitas

Setelah seluruh uji asumsi terpenuhi, peneliti kemudian melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linear berganda pada SPSS dengan metode enter. Taraf signifikansi yang digunakan dalam uji hipotesis adalah sebesar 5% atau 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa peluang kesalahan hipotesis ini adalah 5% dan tingkat kepercayaan terhadap kebenaran hipotesis adalah sebesar 95%.

Tabel 4. *Hasil Uji Signifikansi Garis Regresi*

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	3882,068	2	1941,034	14,513	.000[b]
Residual	45473,961	340	133,747		
Total	49356.029	342			

Pada tabel 4 dapat dilihat bahwa nilai F hitung yang diperoleh adalah sebesar 14.515 dengan nilai signifikansi 0.000 (p>0,05). Hal ini menunjukkan bahwa model regresi dapat dipercaya untuk meramalkan peran variabel prediktor terhadap

variabel kriterium. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima. Strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama dapat memprediksi intensi santri untuk menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren secara signifikan. Setelah diketahui hubungan antara variabel prediktor dan variabel kriterium, dapat dilihat hasil uji signifikansi parameter individul pada tabel 5.

Tabel 5. *Hasil Uji Signifikansi Parameter Individual*

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	3,829	7,769		0,493	0,622
SKA	0,632	0,132	0,266	4,780	0,000
Dukungan Sosial	0,040	0,065	0,034	0,614	0,540

Uji signifikansi parameter individual dilakukan guna melihat peran strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara parsial terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Nilai koefisien regresi (B) pada tabel 5 menunjukkan arah hubungan variabel prediktor (strategi koping adaptif dan dukungan sosial) secara bersama-sama terhadap variabel kriterium (intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren). Nilai B yang positif (+) pada kolom Unstandardized Coefficients menunjukkan bahwa strategi koping adaptif dan dukungan sosial memiliki hubungan yang searah dengan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Artinya, semakin tinggi strategi koping adaptif dan dukungan sosial maka semakin tinggi pula intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren.

Pada tabel 5 juga dapat dilihat bahwa variabel strategi koping adaptif memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 (p<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa secara parsial strategi koping adaptif dapat memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren, sedangkan untuk variabel dukungan sosial besarnya nilai signifikansi adalah 0,540 (p>0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa secara parsial dukungan sosial tidak dapat memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren.

Peran antara strategi koping dan dukungan sosial terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren adalah sebuah hubungan sebab akibat. Hal ini dapat diramalkan apabila ada peningkatan 1 nilai pada strategi koping adaptif dan dukungan sosial, maka akan terjadi peningkatan pula pada intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Berikut fungsi persamaan garis regresi :

Y = a + b1X1 + b2X2

Y = 3,829 + 0,632x1 + 0,04x2

Keterangan :

Y	:	Variabel kriterium (intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren)
a	:	Konstanta, yaitu nilai Y jika X1 dan X2 = 0
b1, b2	:	koefisien regresi, yaitu nilai peningkatan atau penurunan variabel Y yang didasarkan pada variabel X1 dan X2
X1	:	Variabel prediktor 1 (strategi koping adaptif)
X2	:	Variabel prediktor 2 (dukungan sosial)

Tabel 6. *Sumbangan Efektif Variabel Prediktor Secara Bersama-sama*

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.280[a]	.079	.073	11.565

Selanjutnya dapat dilihat sumbangan efektif variabel prediktor secara bersama-sama terhadap variabel kriterium. Pada tabel 6 diketahui bahwa nilai koefisien determinasi (R square) adalah sebesar 0,079 atau 7,9%. Hal ini menunjukkan bahwa strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren sebesar 7,9% sedangkan 92,1% lainnya diprediksi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

Selain melihat sumbangan efektif strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren, peneliti juga melakukan melakukan perhitungan guna mengetahui berapa sumbangan efektif masing-masing variabel prediktor (strategi koping adaptif dan dukungan sosial) terhadap variabel kriterium (intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren). Perhitungan sumbangan efektif masing-masing variabel predikor dilakukan dengan menggunakan nilai *cross product.* Berdasarkan perhitungan yang dilakukan, diketahui bahwa secara parsial besarnya sumbangan efektif variabel strategi koping adaptif terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren adalah sebesar 7,45% dan besarnya sumbangan efektif variabel

dukungan sosial terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren adalah sebesar 0,45%.

Selain melakukan analisis regresi dengan variabel prediktor, peneliti juga melakukan uji analisis regresi dengan menggunakan variabel dummy yang terdiri dari jenis kelamin, kelompok berdasarkan tingkat kelas dan alasan sekolah di pondok pesantren. Kelompok berdasarkan tingkat kelas terdiri dari kelompok santri MTS (kelas 1, 2 dan 3) dan kelompok santri MA/SMA (kelas intensif, 4 dan 5), sedangkan alasan sekolah di pondok pesantren terdiri dari sekolah di pondok pesantren atas keinginan sendiri atau sekolah di pondok pesantren atas keinginan orang lain (orangtua, keluarga besar, dll). Hal ini dilakukan guna mengetahui apakah ada perbedaan peran jenis kelamin, kelompok kelas dan alasan sekolah di pondok pesantren dalam memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren.

Tabel 7. *Hasil Uji Analisis Regresi berdasarkan Jenis Kelamin, Kelompok Kelas dan Alasan Sekolah di Pondok Pesantren.*

	Indeks Analisis
Koefisien korelasi (R)	0,516
Koefisien determinasi (R^2)	0,267 atau 26,7%
Nilai signifikansi	0,000
Taraf signifikansi	0,05

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa jenis kelamin, kelompok kelas dan alasan sekolah di pondok pesantren secara bersama-sama berperan terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren secara signifikan ($p<0,05$). Diketahui sumbangan efektif jenis kelamin, kelompok kelas dan alasan sekolah di pondok pesantren terhadap intensi menyelesaikan

pendidikan di pondok pesantren adalah 26,7% (R^2 = 0,267) dan 73,3% lainnya dijelaskan oleh hal lain diluar ketiga hal tersebut.

Tabel 8. *Hasil Uji Signifikansi Parameter Individual dengan Jenis Kelamin, Kelompok Kelas dan Alasan Sekolah di Pondok Pesantren.*

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	34,282	1,358		25,253	0,000
Perempuan	-1,214	1,144	-0,050	-1,061	0,289
SMA	12,362	1,190	0,494	10,390	0,000
Sendiri	6,652	1,280	0,244	5,197	0,000

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui bahwa secara parsial kelompok kelas dan alasan sekolah di pondok pesantren dapat memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren ($p<0,05$), sedangkan jenis kelamin tidak dapat memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren secara signifikan ($p>0,05$). Terdapat hubungan yang positif antara kelompok kelas (B= 12,362 dan $p<0,05$), alasan sekolah di pondok pesantren (B=6,652 dan $p<0,05$) dan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren antara santri pada kelompok MTS dan MA/SMA serta pada santri yang sekolah di pondok pesantren atas kemauan sendiri atau orang lain (orangtua, keluarga besar, dll).

Santri pada kelompok MA/SMA memiliki intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren lebih besar dibandingkan dengan santri pada kelompok MTS. Jika santri

kelompok MTS berubah menjadi santri pada kelompok MA/SMA, maka skor intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren diprediksikan akan naik 12,362 poin. Adapun santri yang sekolah di pondok pesantren atas kemauan sendiri memiliki intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren lebih besar dibandingkan santri yang sekolah di pondok pesantren atas kemauan orang lain (orangtua, keluarga besar, dll). Jika santri yang alasan sekolah di pondok pesantren atas kemauan orang lain (orangtua, keluarga besar, dll) berubah menjadi santri yang sekolah di pondok pesantren atas kemauan sendiri, maka skor intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren diprediksikan akan naik 6,652 poin.

Tabel 9. *Hasil Uji Analisis Regresi berdasarkan Kelompok Tingkat Kelas dan Asalan Sekolah di Pondok Pesantren*

Tingkat Kelas dan Alasan Sekolah di Pondok Pesantren	N	R	R Square	Sig.
MTS * Sendiri	172	0,132	1,7%	0,085
MTS * Orang lain	48	0,018	0 %	0,901
MA/SMA * Sendiri	81	0,189	3,6%	0,090
MA/SMA * Orang lain	42	0,382	14,6%	0,013

Berdasarkan tabel 9 dapat diketahui bahwa strategi koping adaptif dapat memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren pada santri di kelompok kelas MA/SMA yang sekolah di pondok pesantren atas keinginan orang lain (orangtua, keluarga besar, dll) ($p<0,05$), namun tidak pada santri di kelompok kelas MA/SMA yang sekolah di pondok pesantren atas keinginan sendiri ($p>0,05$). Adapun strategi koping adaptif tidak dapat memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren pada santri MTS yang sekolah di pondok

pesantren atas keinginan sendiri maupun atas keinginan orang lain ($p>0,05$).

Pembahasan

Berdasarkan analisis data penelitian yang dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier berganda, dapat diketahui bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Kesimpulan bahwa hipotesis penelitian diterima dilihat dari nilai signifikansi berdasarkan uji analisis menggunakan program SPSS yaitu sebesar 0,000 ($p<0,05$). Penelitian ini menunjukkan bahwa strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama dapat memprediksi intensi santri menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Berbeda dengan strategi koping adapatif yang tetap dapat menjadi predikor secara signifikan saat diuji secara parsial, dukungan sosial diketahui tidak dapat memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren.

Strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama dapat menjadi prediktor sebesar 7,9% terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren, namun saat dianalisis secara parsial, strategi koping adaptif dapat memprediksi yang lebih besar, yaitu 7,45%, dibandingkan dukungan sosial, yaitu 0,45%. Meskipun strategi koping adapatif sudah memiliki peranan yang cukup terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren, namun peranan strategi koping adaptif akan lebih besar ketika bersama-sama dengan dukungan sosial dalam memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren.

Penemuan dalam penelitian ini mendukung penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa strategi koping adaptif dapat memprediksi intensi individu dalam berperilaku. Eicher,

Staerklé dan Clémence (2014) dalam penelitian longitudinalnya menemukan bahwa penggunaan strategi koping maladaptif dapat menghalangi intensi siswa untuk bertahan pada jalur karir atau jalur pendidikan yang sedang ditempuhnya. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Roussy, Evans, Filion, Vallerand dan Bouffard (2016) menemukan bahwa siswa yang mengunakan strategi koping adaptif mengarahkan intensi karir yang kuat, sedangkan siswa yang menggunakan strategi koping maladaptif mengarahkan pada intensi karir yang lemah.

Subjek dalam penelitian ini adalah santri sekolah dan tinggal di asrama pondok pesantren. Mereka tinggal jauh dari orangtua dan keluarga mereka selama mengenyam pendidikan di pondok pesantren. Saat penelitian dilakukan, para santri sedang menyiapkan diri untuk menghadapi ujian semester. Ujian semester di pondok pesantren terdiri dari dua jenis ujian, yaitu ujian lisan dan ujian tulis. Pada ujian lisan, setiap santri akan berhadapan dengan dua orang penguji dan tanya jawab yang dilakukan harus menggunakan bahasa arab atau bahasa inggris. Kurikulum yang berbeda dengan sekolah umum lainnya menyebabkan mata pelajaran di pondok pesantren lebih banyak, begitupun mata pelajaran yang diujikan. Selain beban pelajaran, santri juga dituntut untuk mampu mengatur serta mengurus dirinya sendiri selama di asrama. Besarnya tanggung jawab ini dapat menjadi tekanan bagi santri dan akan memberikan dampak negatif apabila santri tidak dapat mengatasi tekanan ini dengan baik.

Santri yang dihadapkan pada kondisi stres di pondok pesantren dan memilih untuk menyusun rencana (*planning*) untuk mengatasi tekanan atau permasalahan tersebut, baik dengan secara langsung (*active coping*) atau menunggu kesempatan untuk

bertindak (*restraint*) sementara mengesampingkan kegiatan atau aktivitas lain (*suppression of competing activities*) sehingga tidak mengganggu proses belajar dan kegiatan lainnya di pondok. Penelitian terdahulu menemukan bahwa bahwa kondisi stres yang dialami oleh siswa dapat memprediksi pencapaian akademik (Elias, Ping & Abdullah, 2011) dan meningkatkan intensi untuk keluar dari sekolah (Eicher dkk., 2014; Lamb, Walstab, Teese, Vickers & Rumberger, 2004). Berbeda dengan hal tersebut, penggunaan koping yang tepat dapat meningkatkan motivasi (Thompson & Gaudreau, 2008), performansi akademik dan ketekunan siswa (Roussy dkk., 2014).

Santri yang menerima segala permasalahan atau situasi menekan yang terjadi di pondok pesantren (*acceptance*) dan melihat suatu masalah dan tantangan sebagai media untuk mengembangkan diri (*positive reinterpretation and growth*) serta melibatkan Tuhan saat dihadapkan pada situasi stres (*turning to religion*) merupakan santri yang optimis. Optimis adalah meyakini bahwa adanya hasil yang positif bahkan dalam keadaan sulit (Scheier, Carver & Bridges, 2001). Rasa optimis yang dihasilkan dari strategi koping adaptif dapat menunda (*buffer*) efek negatif dari stres yang dihadapi oleh siswa sehingga dapat memprediksi intensi siswa untuk keluar dari sekolah (Eicher dkk., 2014). Hal ini dapat terjadi karena seberat apapun tekanan ataupun permasalahan yang terjadi di pondok pesantren, dengan optimisme yang dimiliki, santri dapat yakin bahwa mereka dapat berhasil menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren sehingga intensi mereka pun tinggi.

Santri yang menggunakan strategi koping adaptif saat dihadapkan pada situasi menekan dapat mengetahui kapan ia harus meminta bantuan kepada orang lain. Kemampuan yang

baik dalam mencari dukungan sosial baik berupa instrumental maupun emosional (*seeking social support for instrumental and emotional reasons*) dapat membantu santri dalam melawan masalah emosional dan perilaku yang dapat terjadi akibat situasi yang menekan (Thuen & Bru, 2010). Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa secara langsung strategi koping adaptif yang digunakan oleh santri akan mendukung munculnya variabel-variabel psikologis yang dapat meningkatkan intensi santri dalam menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren.

Rendahnya sumbangan strategi koping adaptif dalam meprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren dapat dijelaskan sebagai berikut. Pertama, strategi koping bersifat situasional. Setiap individu juga akan memberikan respon yang berbeda meskipun pada stressor yang sama (Baqutayan, 2015; Taylor, 2015). Dampak situasi yang menekan atau masalah yang berbeda pada setiap orang menyebabkan individu menggunakan strategi koping yang berbeda dalam waktu yang berbeda (Baqutayan, 2015; Taylor, 2015). Kedua, strategi koping bersifat kontekstual. Berdasarkan pernyataan Lazarus dan Folkman (1985), untuk memahami dan mengevaluasi koping individu, peneliti perlu mengetahui secara spesifik situasi yang diatasi oleh individu yang menjadi subjek penelitian. Akan tetapi, pengukuran strategi koping pada penelitian ini masih menggunakan stresor secara umum. Peneliti tidak membahas secara spesifik situasi yang menjadi stresor santri di pondok pesantren. Selain itu, pengukuran intensi belum mengikuti kaidah dari pengukuran berbasis TPB dengan menekankan pada target, *action, context* dan *time*. Hal ini tentu dapat mempengaruhi penilaian santri terhadap aitem pada instrumen penelitian yang diberikan kepada mereka.

Hal ketiga yang dapat menjadikan peran strategi koping adaptif terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren rendah adalah dikarenakan strategi koping pada remaja bersifat tidak konsisten. Hal ini berkaitan dengan kondisi remaja yang berada masa tranasisi dari kanak-kanak ke masa dewasa. Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja mengharuskan remaja untuk menyeimbangkan situasi hormonal baru yang belum pernah dirasakan oleh mereka sebelumnya (Agustiani, 2006). Keterbatasan kognitif remaja untuk mengolah perubahan-perubahan yang terjadi pada diri dan sekitarnya dapat menyebabkan perubahan besar dalam fluktuasi emosinya (Agustiani, 2006). Seperti yang disampaikan oleh Stonerock (2008) dalam penelitiannya bahwa strategi koping pada remaja sangat dipengaruhi oleh suasansa hati sehingga cenderung tidak konsisten dan sulit untuk diamati. Untuk memperoleh informasi yang lebih valid mengenai strategi koping remaja, sebaiknya penelitian dilakukan secara longitudinal (Compas, Forsythe, & Wagner, 1988; Kirchner, Forns, Amador, & Munoz, 2010). Adapun pada penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengungkap strategi koping adaptif santri adalah skala dan pengukurannya dilakukan secara klasikal pada satu waktu.

Berbeda dengan strategi koping adaptif, dalam penelitian ini ditemukan bahwa dukungan sosial tidak dapat memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren secara parsial. Hal ini medukung penelitian yang dilakukan oleh Hamilton dan White (2008) yang menyebtukan bahwa dukungan sosial tidak dapat menjadi prediktor intensi individu dalam berperilaku. Tidak signifikannya dukungan sosial dalam memprediksi intensi dapat disebabkan oleh beberapa hal. Pertama, intensi merupakan gabungan dari keyakinan individu dan tidak dipengaruhi secara langsung oleh lingkungan. Ajzen

(2005) menjelaskan bahwa intensi merupakan sebuah konsep yang terdiri dari tiga determinan, yaitu sikap terhadap perilaku, norma subjektif dan perepsi kontrol perilaku. Adapun ketiga determinan tersebut ditentukan oleh seperangkat keyakinan yang berkaitan dengan perilaku. Keyakinan merupakan penilaian subjektif individu terhadap dunia disekitarnya, mengenai diri dan lingkungannya (Ajzen, 2005). Hal ini menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi intensi berperilaku berasal dari dalam diri individu atau bisa disebut dengan faktor internal. Mendukung pernyataan pada poin pertama, Ajzen (1991) menyebutkan bahwa ciri kepribadian memiliki peran yang penting dalam memprediksi dan menjelaskan perilaku manusia. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Martin dkk (2014) yang menemukan kepribadian kovariat, yaitu *agreeableness, conscienctiousness* dan *openness* dapat menjadi prediktor intensi akademik pada siswa di sekolah berasrama.

Kedua, pengukuruan dukungan sosial pada penelitian ini bersifat umum dan tidak mengikuti karakteristik pengukuran berdasarkan konsep TPB yang terdiri dari *action, target, context* dan *time*. Seperti yang disampaikan oleh Hamilton dan White (2008) bahwasanya meskipun pengukuran dukungan sosial terdiri dari dukungan yang diterima (*received support*) dan persepsi individu terhadap dukungan yang diterima (*perceived support*), namun jika tidak disesuaikan dengan karakteristik spesifikasi intensi menurut TPB maka hal ini dapat menjadikan daya prediksi dukungan sosial tidak maksimal.

Ketiga, penelitian ini mengabaikan persepsi santri terhadap pemberi dukungan sosial dan kebutuhan santri terhadap dukungan sosial. Pengukuran dukungan sosial hanya mengungkap tentang dukungan yang diterima (*received support*) dan persepsi individu

terhadap dukungan yang diterima (*perceived support*) namun tidak mengungkap tentang penilain santri terhadap ustadz/ah dan teman sebaya mereka sebagai pemberi dukungan sosial. Hal ini merupakan pertimbangan penting dalam menentukan pengaruh dukungan sosial (Hupcey, 1998). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Lee (2004) menunjukkan bahwa tingkat kebutuhan afiliasi sosial individu dapat menyebabkan dukungan sosial tidak menunjukkan kemampuan prediksinya terhadap intensi berperilaku. Dukungan sosial dapat menjadi prediktor intensi berperilaku pada individu yang memiliki kebutuhan afiliasi yang tinggi, namun tidak dapat menjadi prediktor pada individu yang memiliki kebutuhan afiliasi yang rendah (Lee, 2004). Oleh karena itu, tidak berperannya dukungan sosial terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren dapat disebabkan oleh tingkat kebutuhan afiliasi sosial santri di pondok pesantren rendah.

Keempat, dukungan sosial yang diungkap pada penelitian ini adalah dukungan yang diterima (received support) dan persepsi individu terhadap dukungan yang diterima (perceived support). Meskipun persepsi individu terhadap dukungan yang diterima (perceived support) dapat menjadi faktor internal, namun adanya aitem-aitem yang mengungkap dukungan yang diterima (received support) dapat menjadikan hasil pengukuran dukungan sosial tidak signifikan terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Courneya, dkk. (2000) yang menemukan bahwa persepsi terhadap dukungan yang diterima (perceived support) dapat secara signifikan memprediksi intensi melebihi norma subjektif.

Beberapa penelitian lain menunjukkan adanya variabel-variabel yang berasal dari dalam diri individu yang dapat

memprediksi intensi, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Martin dkk (2014) yang menemukan bahwa pencapaian terdahulu yang dimiliki oleh siswa (*prior achievement*) dapat menjadi prediktor intensi akademik pada siswa di sekolah berasrama. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Pappas, Giannakos dan Jaccheri (2016) menemukan bahwa lamanya waktu belajar (tahun belajar), usaha dan ekspektasi nilai dapat memprediksi intensi mahasiswa keluar dari jurusan ilmu komputer. Hardre dan Reeve (2003) dalam penelitiannya menemukan bahwa *self-determined motivation* dan *perceived competence* adalah sumber daya motivasi yang dapat memprediksi intensi siswa untuk tetap atau putus sekolah.

Selain penelitian yang disebutkan di atas, terdapat juga penelitian yang memperkuat konsep TPB yang disampaikan oleh Ajzen dan Fishbein bahwa sikap terhadap perilaku, norma subjektif dan persepsi kontrol terhadap perilaku dapat memprediksi intensi, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Fichten dkk. (2016) yang menemukan bahwa kontrol perilaku yang dirasakan, norma subjektif terkait dengan kelulusan, dan sikap terhadap kelulusan dapat menjadi predikor intensi mahasiswa untuk lulus *postsecondary education.* Begitupun penelitian yang dilakukan oleh Cantt dan Wated (2011) yang menunjukkan bahwa sikap mahasiswa terhadap perkuliahan dan tekanan sosial dari lingkungannya (norma subjektif) adalah prediktor yang paling penting dalam memprediksi intensi siswa untuk bertahan di sekolah.

Ajzen (2005) mengungkapkan bahwa intensi dapat berubah seiring berjalannya waktu. Semakin banyak waktu berlalu, semakin besar kemungkinan bahwa kejadian tak terduga akan menghasilkan perubahan dalam intensi seseorang. Hasil penelitian

ini memperkuat pernyataan tersebut melalui penemuan adanya perbedaaan antara kelompok berdasarkan tingkat kelas MTS dan MA/SMA. Kelompok MA/SMA menunjukkan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren yang lebih besar dibandingkan dengan santri pada kelompok MTS. Hal ini dikarenakan waktu antara pengukuran intensi dan waktu menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren pada kelompok MA/SMA lebih dekat dibandingkan dengan kelompok MTS. Selain itu, Ajzen (2005) mengungkapkan bahwa besarnya intensi berperilaku individu dipengaruhi oleh pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mewujudkan perilaku. Lama nya masa studi santri kelompok MA/SMA dapat menjadikan mereka memiliki pengetahuan yang lebih banyak serta memiliki lebih banyak keterampilan yang mendukung mereka untuk menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren dibandingkan dengan santri pada kelompok MTS.

Selain kelompok berdasarkan tingkat kelas, diketahui bahwa santri yang sekolah di pondok pesantren atas keinginannya sendiri menunjukkan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren lebih besar dibandingkan dengan santri yang sekolah di pondok pesantren atas keinginan orang lain (orangtua, keluarga besar, dll). Hal ini memperkuat pernyataan dipembahasan sebelumnya bahwasanya intensi individu dalam berperilaku dipengaruhi oleh seperangkat penilaian subjektif yang ada pada dirinya terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan disekitarnya (Ajzen, 2005), sehingga meskipun terdapat dukungan dari orangtua maupun keluarga besarnya, keyakinan santri untuk sekolah di pondok pesantren dan segala penilaian subjektifnya akan lebih mendominasi dalam memprediksi intensi mereka menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren.

Analisis tambahan dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa startegi koping tidak menunjukkan kemampuan prediktifnya pada santri kelompok kelas MTS baik yang sekolah di pondok pesantren atas keinginannya sendiri maupun atas keinginan orang lain, namun demikian ditemukan perbedaan antara santri kelompok kelas MA/SMA yang sekolah di pondok pesantren atas keinginannya sendiri dengan yang sekolah di pondok pesantren atas keinginan orang lain. Ditemukan bahwa strategi koping memiliki hubungan positif yang signifikan dan mampu memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan pada santri kelompok MA/SMA yang sekolah di pondok pesantren atas keinginan orang lain namun tidak pada santri kelompok MA/SMA yang sekolah di pondok pesantren atas keinginan dirinya sendiri. Hal ini dapat mendukung pernyataan Taylor (2015) yang menyebutkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan dari orang tua dan keluarga akan lebih mudah melakukan *coping* yang adaptif dalam menghadapi serta memecahkan masalah.

Berdasarkan hasil analisis data, didapatkan nilai koefisien determinasi (R2) hanya sebesar 0,079. Hal ini menunjukkan bahwa sumbangan efektif strategi koping adaptif dan dukungan sosial terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren hanya 7,9% dan 92,1% nya diprediksi oleh variabel lain di luar variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Selain determinan yang disampaikan oleh Ajzen dan Fishbein pada TPB, berdasarkan pembahasan di atas diketahui faktor lain yang dapat menjadi prediktor intensi santri antara lain optimisme (Eicher dkk., 2014), sikap terhadap sekolah (Fredricks dkk., 2004), jenis kelamin, pendidikan orangtua, pencapaian terdahulu dan kepribadian (Martin dkk., 2014), tahun belajar, usaha dan ekspektasi terhadap nilai (Pappas dkk., 2016), serta self-

determined motivation dan perceived competence (Hardre & Reeve, 2003).

Rendahnya sumbangan efektif variabel prediktor (strategi koping adaptif dan dukungan sosial) terhadap variabel kriterium (intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren) dapat menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Meskipun demikian, penelitian ini sudah dapat menguji salah satu faktor internal yang dapat menjadi prediktor intensi santri dalam menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren, yaitu strategi koping adaptif, namun belum dapat menemukan prediktor yang berasal dari eskternal. Selain itu, penelitian ini dilakukan pada pesantren modern. Adanya perbedaan kurikulum pembelajaran, karakteristik serta budaya yang ada di pesantren modern dan jenis pesantren lainnya menjadikan hasil penelitian ini hanya dapat digeneralisir pada pondok pesantren modern yang memiliki karakteristik yang sama dengan pondok pesantren tempat penelitian di lakukan, tidak pada pondok pesantren jenis lain, seperti pondok pesantren salaf, tahfidz dan sebagainya. Adapun studi pendahuluan mengenai fenomena dalam penelitian ini dilakukan pada beberapa pondok pesantren, namun wawancara kepada alumni, santri dan guru serta pengambilan data penelitian hanya dilakukan pada satu pondok pesantren, hal ini perlu menjadi pertimbangan pondok pesantren modern yang lain dalam mengaplikasikan hasil penelitian ini.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima. Strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama dapat memprediksi intensi menyelesaikan

pendidikan di pondok pesantren. Adapun strategi koping adaptif dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki peran sebesar 7,9% dalam memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Secara parsial, strategi koping juga mampu memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren dengan sumbangan efektif sebesar 7,45%, sedangkan secara parsial dukungan sosial tidak mampu memprediksi intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren dan sumbangan efektifnya hanya sebesar 0,45%. Strategi koping adaptif menunjukkan sumbangan efektif lebih besar terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren pada santri MA/SMA yang sekolah di pondok pesantren atas keinginan orang lain (R^2 =14, 6%) dibandingkan pada santri secara keseluruhan (R^2 = 7,45%)

Kategorisasi data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar santri di pondok pesantren menunjukkan skor intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren, strategi koping adaptif dan dukungan sosial yang tinggi. Adapun pada pengukuran strategi koping adaptif tidak ditemukan santri yang memiliki skor pada kategori rendah. Santri di kelompok MA/SMA menunjukkan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren lebih besar dibandingkan santri pada kelompok MTS. Santri yang sekolah di pondok pesantren atas keinginannya sendiri juga menunjukkan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren yang lebih besar dibandingkan santri yang sekolah di pondok pesantren atas keinginan orang lain (orangtua, keluarga besar, dll). Tidak ditemukan perbedaan intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren pada santri laki-laki dan perempuan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka disarankan bagi pengurus pondok pesantren untuk mengidentifikasi sejak dini intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren pada santri melalui wawancara atau tes administratif yang dilakukan pada awal penerimaan santri baru. Pengurus pondok pesantren juga dapat bekerjasama dengan konselor sekolah untuk mengidentifikasi santri yang memiliki kecenderungan strategi koping maladaptif dan diberikan pendampingan sehingga dapat mencegah santri keluar dari pondok sebelum menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Pengurus pondok pesantren bekerja sama dengan konselor sekolah dapat meningkatkan pemberian dukungan sosial kepada santri dengan meningkatkan kualitas interaksi ustdaz/ah pengasuh dan teman sebaya sehingga santri dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi di pondok pesantren secara adaptif dan terhindar dari hal-hal negatif yang dapat menjadikan santri keluar dari pondok sebelum menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren. Hal ini dapat dilakukan melalui pelatihan untuk meningkatkan efektivitas peran guru dan teman sebaya dalam menghadapi masalah.

Orangtua yang ingin menyekolahkan anaknya ke pondok pesantren perlu memberikan pemahaman kepada anak mereka mengenai alasan mengapa sekolah di pondok pesantren sehingga alasan sekolah di pondok pesantren berasal dari diri anak sendiri. Adapun hal ini dilakukan guna mencegah anak merasa bahwa sekolah di pondok pesantren adalah suatu hal yang menekan diri mereka sehingga menimbulkan intensi untuk pindah sebelum menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren. Santri di pondok pesantren didampingi oleh konselor atau ustadz/ah perlu mengembangkan kemampuan strategi koping adaptif mereka

mengingat banyaknya stresor yang mungkin ditemukan selama di pondok pesantren. Hal ini dilakukan guna menjaga kesejahteraan psikologis santri dan mencegah santri memunculkan perilaku maladaptif yang dapat membuat santri berada dalam masalah sehingga harus meninggalkan pondok pesantren sebelum menyelesaikan pendidikannya.

Peneliti selanjutnya dapat mengkaji intensi santri menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren dengan menggunakan determinan utama intensi yang disampaikan oleh Ajzen pada TPB atau berdasarkan faktor internal lainnya seperti optimisme, jenis kelamin, pencapaian terdahulu dan kepribadian, tahun belajar, usaha dan ekspektasi terhadap nilai atau *self-determined motivation* dan *perceived competence* atau faktor-faktor eksternal seperti tingkat pendidikan orangtua, status ekonomi, sistem peraturan di pondok atau pengaplikasian pembelajaran di pondok yang mungkin dapat berperan terhadap intensi menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren.

Daftar Pustaka

Agustiani, H. (2006). *Psikologi perkembangan: Pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja.* Bandung : PT Refika Aditama.

Ahmed, W., Minnaert, A., Werf, G., & Kuyper, H. (2010). Perceived social support and early adolescents' achievement : The mediational roles of motivational beliefs and emotions. *Journal of Youth Adolescence, 39*, 36 – 46.

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational behavior and human decision processes, 50*, 179 – 211.

Ajzen, I. (2005). *Attitude, personality and behavior (2nd edition).* New York, USA : Open University Press.

Ajzen, I. (2006). *Constructing a TpB questionnaire: Conceptual and methodological considerations*. September, 2002 (Revised January, 2006). Diunduh dari http://people.umass.edu/aizen tanggal 7 September 2018.

Anspaugh, D. J., Hamrick, M. H., & Rosato, F. D. (2003). *Wellness: Concept and applications (5th ed)*. New York : McGraw-Hill.

Araújo-Soares, V., McIntyre, T., & Sniehotta, F. F. (2009). Predicting changes in physical activity among adolescents: the role of self-efficacy, intention, action planning and coping planning. *Health Education Research, 24*(1), 128 – 139.

Baqutayan, S. M. (2015). Stress and Coping Mechanisms : A Historical Overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences, 6*(2), 479 – 488.

Cantt, J. A., & Wated, G. (2011). Retention among First Year College Students: An application of the theory of planned behavior. *Modern Psychological Studies, 16*(2).

Carver, C. S., Scheire, M. F., & Weintrub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology, 56*(2), 267 – 283.

Chen, C. T., Chen, C. F., Hu, J. L & Cheng, C. W. (2015). A study on influence of self-concept, social support and academic achievement on occupational choice intention. *Asia-Pacific Education Reseacrh, 24*(1).

Cole, G. E., Holtgrave, D. R., & Ríos, N. M. (1992). Internal and external factors that encourage or discourage health-relevant behaviors. *Article*. Diunduh dari http://www.orau.gov/cdcynergy/soc2web/Content/activeinformation/resources/Health_Behavior_Factors.pdf

Compas, B. E., Malcarne, V.L., & Fondacaro, K.M. (1988). Consistency and variability in casual attributions and coping with stress. *Cognitive therapy and research,12(3),* 305 – 320.

Courneya, K. S., Plotnikoff, R.C., Hotz, S. B., & Birkett, N. J. (2000). Social support and the theory of planned behavior in the exercise domain. *American Journal of Health Behavior, 24*(4), 300 – 308.

Crean, H. F. (2004). Social support, conflict, major life stressors, and adaptive coping strategies in latino middle school students : An integrative model. *Journal of Adolescent Research, 19*(6), 657 – 676.

Dhofier, Z. (1985). *Tradisi pesantren : Studi tentang pandangan hidup kiyai.* Jakarta : LP3ES.

Eicher, V., Staerklé, C., & Clémence, A. (2014). I want to quit education: A longitudinal study of stress and optimism as predictors of school dropout intention. *Journal of Adolescence, 37,* 1021 – 1030.

Elias, H., Ping, W. S., & Abdullah, M. C. (2011). Stress and academic achievement among Undergraduate Students in Universiti Putra Malaysia. *Procedia – Social and Bhevaioral Sciences, 29,* 646 – 655.

Fichten, C. S., Heiman, T., Jorgensen, M., Nguyen, M. N., Havel, A., King, L., Budd, J., & Amsel, R. (2016). Theory of planned behavior predicts graduation intentions of Canadian and Israeli postsecondary students with and without learning disabilities/ attention deficit hyperactivity disorder. *International Journal of Higher Education, 5*(1).

Fishbein, M., & Ajzen, I. (2010). *Predicting and changing behavior: The reasoned action approach.* New York: Psychology Press.

Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement : Potential of the concept, state of the evidance. *Review of Educational Research. 74*(1), 59 – 109.

Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: Stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin psikologi, 24*(1), 1 – 11.

George, M., Eys, M. A., Oddson, B., Charland, A. R., Schinke, R. J., & Bruner, M. W. (2013). The role of self determination in

the relationship between social support and physical activity intentions. *Journal of Applied Social Psychology, 43,* 1333 – 1341.

Hamilton, K., & White, K. M. (2008). Extending the theory of planned behavior: The role of self and social influences in preditiong adolescent reguler moderate-to-vigorous physical activity. *Journal of sport & exercise psychology, 30,* 56 – 74.

Hardre, P. L., & Reeve, J. (2003). A motivational model of rural students' intentions to persist in, versus drop out, high school. *Journal of Educational Psychology, 95*(2), 347 – 356.

Harter, S., Whitesell, N. R., & Kowalski, P. (1992). Individual differences in the effects of educational transitions on young adolescents' perceptions of competence and motivational orientations. *American Educational Research Journal, 29,* 777 – 808.

Havighurst, R. J. 1972. *Developmental task and education 3rd edition.* New York : McKay

House, J., & Kahn, R. L. (1985). *Measures and concept of social support.* London : Academic Press, Inc.

Hrubes, D., Ajzen, I., & Daigle, J. (2001). Predicting hunting intentions and behavior: An application of the theory of planned behavior. Leisure Sciences: *An Interdisciplinary Journal, 23*(3), 165 – 178.

Hupcey, J.E. (1998). Clarifying the social support theory-research linkage. *Journal of Advanced Nursing, 27,* 1231–1241.

Jimmieson, N. L., Peach, M., & White, K. M. (2008). Utilizing the theory of planned behavior to inform change management: An investigation of employee intentions to support organizational change. *Journal of Applied Behavioral Science, 44*(2), 237 – 262 .

Keliat, B. A (1999). *Penatalaksanaan stres.* Jakarta : EGC.

Kerbow, D. (1996). *Patterns of urban student mobility and local school reform (Technical Report No. 5).* Baltimore, MD: U.S Department of Education, Center for Research on the Education of Students Places at Risk.

Kirchner, T., Forns, M., Amandor, J. A., & Munoz, D. (2010). Stability and consistency of coping in adolescence: A longitudinal study. *Psicothema, 22*(3), 382 – 388.

Kompri. (2018). *Manajemen dan kepemimpinan pondok pesantren.* Jakarta : Prenadamedia Group.

Lamb, S., Walstab, A., Teese, R., Vickers, M., & Rumberger, R. (2004). Staying on at school : Improving student retention in Australia. *Report for the Quensland Department of Education and the Arts.*

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1985). *Stress, appraisal, and coping.* New York : Springer Publishing Company.

Lee, P. C. B. (2004). Social support and leaving intention among computer professionals. *Information & Management, 41*, 323 – 334.

Lee, Y. K. (2017). A comparative study of green purchase intention between korean and chinese consumers : the moderating role of collectivism. *Sustainability, 9.*

Lin, C. Y., Brostrom, A., Nilsen, P., & Pakpour, A. H. (2018). Using extended theory of planned behavior to understand aspirin adherence. Pregnancy Hypertension: An Intenational *Journal of Women's Cardiovascular Health.*

Louis, W. R., Chan, M. K H., & Greenbaum, S. (2009). Stress and the theory of planned behavior: Understanding healthy and unhealthy eating intentions. *Journal of applied social psychology, 39*(2), 472 – 493.

Mahyarni. (2013). Theory of reasoned action dan theory of planned behavior (sebuah kajian historis tentang perilaku). *Jurnal El-Riyasah, 4*(1), 13 – 23.

Martin, A. J., Papworth, B., Ginns, P., & Liem, G. A. D. (2014). Boarding school, academic motivation and engagement, and psychological well-being: A large-scale investigation. *American educational research journal, 51*(5), 1007 – 1949.

Midgley, C., Feldlaufer, H., & Eccles, J. (1988). The transition to junior high school: Beliefs of pre and post-transition teachers. *Journal of Youth and Adolescence, 17*(6), 543 – 562.

Orzechowska, A., Zajaczkowska, M., Talarowska, M., & Gatecki, P. (2013). Deppression and ways of coping with stress : A prelimenary study. *Medical science monitor, 19,* 1050 – 1056.

Pappas, I., Giannakos, M., & Jaccheri, M. L. (2016). Investigating Factors Influencing Students' Intention to Dropout Computer Science Studies. *Conference Paper*. 10.1145/2899415.2899455.

Payne, N., Jones, F., & Harris, P. (2002). The impact of working life on health behavior: The effect of job strain on the cognitive predictors of exercise. *Journal of Occupational Health Psychology, 7*(4), 342-353.

Pfeiffer, J. P., Pinquart, M., & Krick, K. (2016). Social relationships, prososial behavior, and perceived social support in students from boarding schools. *Canadian Journal of School Psychology, 1*(12).

Purswell, K. E., Yazedjian, Ani., & Toews, M. L. (2009). Students' Intentions and Social Support as Predictors of Self-Reported Academic Behaviors : A Comparison of First-and-Continuing-Genereation College Students. *Journal of College Student Retention, 10*(2), 191 – 206.

Rejeki, K. (2016). Strategi koping adaptif sebagai mediator hubungan antara persepsi dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian psikososial remaja saudara kandung penyandang disabilitas intelektual. *Tesis*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta : tidak dipublikasikan.

Riady, M. A. (2017). Peran religiusitas dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada santri di pondok pesantren. *Tesis*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta: tidak dipublikasikan.

Rodriguez, F. M. M. (2012). Assessment of coping strategies and psychological adjusment in children. *Journal of problems of psychology in the 21st century, 3*, 67 – 75.

Rolison, M & Scherman, A. (2002). Factors influencing adolescents' decision to engage in risk-taking behavior. *Adolescence, 37*, 585-596.

Rosario, P., Pereira, A., Nunez, J. C., Cunha, J., Fuentes, S., Polydoro, S., Gaeta, M., & Fernandez, E. (2014). An explanatory model of the intention to continue studying among non-traditional university students. *Psichotema, 26*(1), 84 – 90.

Rudan, V. Adolescent Development and External Influences. *Coll. Antropol, 24*(2). 585–596.

Rumberger, R. W., Larson, K. A., Ream, R. K., & Palardy, G. J. (1999). *The educational consequences of mobility for California students and schools.* Berkeley, CA : Policy Analysis for California Education.

Ryan, T. P. (2013). *Sample size determination and power.* New Jersey : John Wiley & Sons, Inc.

Ryu, S., Ho, S. H., & Han, I. (2003). Knowledge sharing behavior of physicians in hospitals. *Expert Systems with Applications, 25*, 113 – 122.

Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2001). *Optimism & pessimism: Implications for theory, research, and practice.* Washington, D.C., US: American Psychological Association

Stonerock, G. L. (2008). Daily coping strategies and their relationships with moods, activity level and health care use in sickle cell disease : analysis of daily diary data. *Thesis.* Department of Psychology (Clinical Psychology), Faculty of the University of North Carolina : unpublished

Taylor, S.E. (2015). *Health Psychology, ninth edition.* University of California, Los Angeles: McGraw-Hill International Edition.

Thornburgh, H. D. (1982). *Developmental psychology (2nd edition).* Monterey, California: Brooks and Cole Publishing Company

Thuen, E., & Bru, E. (2004). Coping styles and emotional and behavioural problems among Norwegian grade 9 students. *Scandinavian Journal of Educational Research, 48*(5), 493 – 510.

Utami, N. P. (2018). Intensi turnover ditinjau dari persepsi kepemimpinan transformasional dan komitmen karir pada youth urban worker. *Tesis.* Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada : tidak dipublikasikan.

Vaus, D. D. (2002). *Analyzing social science data: 50 key problems in data analysis.* SAGE Publication, Ltd.

Zarkasyi, H. F. (2015). Modern pondok pesantren: Maintaining tradition in modern system. *Tsaqafah : Jurnal peradaban islam, 11*(2), 223 – 248.

BAB 21

Flourishing Mahasiswa Penyintas Banjir Imogiri Melalui Aktivitas Silaturahim: Bentuk Dukungan Sosial dalam Pandangan Islam

Etti Isnaini[1] & Siti Urbayatun[2]
[1]Magister Psikologi Profesi Klinis,
[2]Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
[1]ettiisnaini.april@gmail.com, [2]siti.urbayatun@psy.uad.ac.id

Pendahuluan

Bencana alam seperti banjir termasuk salah satu musibah yang memberi dampak negatif oleh manusia. Dampak yang berat dirasakan adalah masalah traumatis dalam bertahan hidup di daerah yang rawan terkena banjir. Tahun 2017 terjadi banjir yang membawa dampak di beberapa wilayah Yogyakarta, diantaranya daerah Gunung Kidul, Bantul, dan Kulonprogo. Menurut keterangan yang disampaikan oleh Manajer Pusdalops BPBD Bantul (bpbd.bantulkab.go.id, 2019) menyatakan bahwa sejumlah kecamatan di kabupaten Bantul terdampak bencana banjir

diantaranya adalah Imogiri, Dlingo, Bantul, Kretek, Pundong, dan Kasihan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Habibah, dkk (2018) wilayah Imogiri merupakan salah satu daerah yang mendapat dampak banjir yang cukup parah pada tahun 2017, sehingga pasca kejadian tersebut kesehatan mental individu mengalami beberapa masalah psikologis, diantaranya depresi, cemas, stres, serta somatisasi. Tahun 2019 banjir yang melanda beberapa daerah di Imogiri lebih tinggi dari pada tahun 2017. Ketinggian air yang sebelumnya tidak mencapai masuk rumah tinggal, saat ini mencapai dada manusia. Akibat kondisi tersebut, beberapa mahasiswa yang tinggal di daerah tersebut mengalami dampak psikologis dari adanya peristiwa banjir.

Berdasarkan hasil wawancara dengan empat mahasiswa yang tinggal di wilayah Imogiri yaitu di daerah Karangtengah dan Sindet, menghasilkan temuan bahwa individu masih merasakan sedih dan takut apabila mengingat dan membayangkan kondisi di malam kejadian. Temuan berikutnya, individu mengalami kecemasan, ketakutan, dan trauma psikologis setelah adanya bencana tersebut. Selanjutnya kondisi psikologis lain dirasakan saat terjadinya banjir, diantaranya takut, cemas, khawatir, stres, putus asa, serta panik yang luar biasa. Dampak negatif psikologis di atas disebabkan karena peristiwa banjir tersebut suasananya mencekam, ketakutan akan terbawa arus sehingga membayangkan kehidupannya akan berakhir di malam itu.

Gejala-gejala negatif psikologis yang dirasakan dapat diatasi oleh keempat mahasiswa ini karena adanya perhatian yang disampaikan keluarga, teman, dan tetangga melalui media sosial. Dukungan ini menumbuhkan optimisme untuk bangkit dari keterpurukan dampak negatif bencana ini. Selain melalui

komunikasi media sosial, perhatian diwujudkan dalam bentuk membantu secara langsung, dengan membersihkan rumah dan memberikan motivasi supaya semangat menjalani kehidupannya. Silaturahim melalui komunikasi media sosial dan bantuan secara langsung memberikan rasa bahagia kepada mahasiswa penyintas banjir. Kebahagiaan itu bisa terwujud karena manfaat dari adanya perhatian dan empati secara langsung dari keluarga dan kerabat.

Silaturahim dapat menumbuhkan perasaan diperhatikan, disayang, serta mengurangi beban atau masalah psikologis individu. Islam mengajarkan kepada umatnya untuk menjalin silaturahim antar sesama dengan tujuan meningkatkan keberkahan hidup pada umatnya. Individu yang melakukan silaturahim, akan merasakan dukungan sosial sehingga meningkatkan kualitas kehidupannya. Mahasiswa penyintas banjir Imogiri, merasakan kondisi negatif psikologis yang muncul menjadi berkurang dikarenakan teman dan keluarga bersilaturahim ke rumahnya. Silaturahim dapat membantu seseorang yang mengalami kesulitan atau musibah meningkatkan kesejahteraan hidupnya, dikarenakan mendapatkan ketenangan dari adanya kasih sayang dan empati keluarga dan teman.

Individu yang dapat menumbuhkan kesejahteraan hidupnya dapat dikatakan telah mencapai konsep kebahagiaan yang disebut *flourishing*. Konsep tentang kebahagiaan, kesejahteraan (*well-being*), atau *flourishing* berkaitan dengan teori hedonik dan eudaimonik yang tidak dapat dipisahkan dari dua tradisi dalam filsafat maupun psikologi. Meskipun ada perbedaan antara konsep tentang arti *flourishing* dan kebahagiaan, kedua istilah tersebut dapat digunakan untuk menggambarkan kualitas kehidupan seseorang dalam satu periode waktu tertentu atau untuk

mengevaluasi kehidupan seseorang secara keseluruhan ataupun periode tertentu (Ruyter, 2007).

Flourishing Sebagai Salah Satu Konsep yang Menggambarkan Kebahagiaan Manusia yang Terus Bertumbuh

Kebahagiaan adalah fitrah dari setiap manusia termasuk mahasiswa. Setiap manusias dengan segala status dan permasalahannya semua menginginkan rasa kebahagiaan dan ketenangan (Jusmiati, 2017). Namun demikian, pada kenyataannya dalam kehidupan sehari-hari tidak semua orang bisa mencapai kebahagiaan yang hakiki. Adanya problematika dalam kehidupan serta kejadian-kejadian di luar kehendak manusia, seperti bencana banjir dapat membawa dampak pada kondisi fisik dan psikologis seseorang. Hasil penelitian Habibah, dkk (2016) menunjukkan bahwa adanya bencana banjir dapat mempengaruhi kepuasaan hidup dalam diri penyintas.

Menurut Aristoteles (Synder & Lopez, 2007) *flourishing* berhubungan dengan kebajikan dalam hidup, atau kebahagiaan berdasarkan pencapaian hidup yang bermakna, tercapainya tujuan perkembangan (yaitu "melakukan apa yang seharusnya dilakukan"), adalah kunci untuk kehidupan yang baik. Keyes (Synder & Lopez, 2007) menggambarkan individu yang mengalami *flourishing* adalah mereka yang menunjukkan tingginya tingkat kesehatan mental yang lengkap, dikonseptualisasikan melalui kombinasi dari tingginya tingkat kesejahteraan emosional, kesejahteraan psikologis dan kesejahteraan sosial.

Flourishing merupakan pengalaman hidup yang berjalan baik (Arif, I.S., 2016). Menurut Arif, I.S (2016) menyatakan bahwa *flourishing* adalah kombinasi dari perasaan baik (*good feeling*) dan berfungsi secara efektif. Berdasarkan pengertian tersebut di

atas, dapat dikatakan bahwa ketika mahasiswa yang mengalami dampak bencana dapat melalui pengalaman hidup secara baik, memiliki perasaan yang baik, serta dapat berfungsi secara efektif dalam menumbuhkan kekuatan dan produktifitas hidupnya telah memiliki tingkat kebahagiaan yang paling tinggi. Selain itu, Arif, I.S (2016) juga mengatakan bahwa *flourishing* merupakan sebuah gambaran tentang suatu kehidupan yang lengkap yang diabdikan pada pencapaian kebaikan yang bermanfaat melalui aktivitas yang bermakna dalam menjalani kesehariannya.

Hakikatnya manusia dapat mencapai kebahagiaan, namun terkadang ketika harus menghadapi ujian kehidupan seperti bencana banjir mengalami tekanan dan stres tersendiri untuk bangkit menjadi individu yang memiliki perasaan baik dan berfungsi secara efektif. Mahasiswa sebagai bagian dari masyarakat juga memiliki peran dan status yang berbeda ketika menjadi bagian dari dampak bencana yang terjadi. Bencana sebagai suatu peristiwa buruk yang membawa dampak pada kondisi psikologis. Orang-orang yang mengalami peristiwa buruk yang tidak terkendali menjadi pasif, tidak berusaha melakukan apa pun tentang masa depan mereka. Orang-orang semacam itu juga memiliki masalah kognitif: kesulitan melihat bahwa tindakan mereka berhasil ketika mereka benar-benar melakukannya (Seligman, 2010).

Ketika mereka benar-benar tidak berdaya dan dapat mengatasi dampak buruk tersebut, kunci utama yang dilaporkan oleh para penyintas bencana adalah komitmen untuk melanjutkan hidup. Orang-orang yang memandang bahwa peristiwa buruk atau bencana yang terjadi adalah penyebab kemunduran kehidupan, maka mereka akan mengalami kondisi ketidakberdayaan yang paling parah, sedangkan orang-orang yang mengatakan bahwa

kejadian buruk merupakan sementara dan mereka berjuang untuk melanjutkan kehidupan melaporkan kondisinya lebih bahagia (Seligman, 2010).

Peran Silaturahim Terhadap Kebahagiaan

Manusia merupakan makhluk sosial, yang dimanapun dan kapanpun membutuhkan manusia lainnya untuk bisa saling membantu, saling menolong, mendukung, bekerja sama memenuhi kebutuhan hidup di dunia. Oleh karena itu, di dalam Islam silaturahim sangatlah penting. Islam mengajarkan bahwa menjalin hubungan baik dengan sesama merupakan salah satu tanda ketakwaan seorang hamba kepada Tuhan-Nya. Hal ini dapat dilihat dari sabda Rasulullah: "Allah'azza wa jalla berfirman: Aku adalah Ar-Rahman. Aku menciptakan rahim dan Aku mengambilnya dari nama-Ku. Siapa yang menyambungnya, niscaya Aku akan menjaga hak-Nya. Dan siapa yang memutusnya, niscaya Aku akan memutus darinya." (Hadis Riwayat Ahmad). silaturahim sebagai tanda keimanan juga diungkapkan dalam hadis berikut: "Barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir maka hendaklah ia memuliakan tamunya. Dan barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir maka hendaklah ia menyambung hubungan silaturahim." (Hadis Riwayat Abu Hurairah).

Berdasarkan kedua hadis diatas, terlihat bahwa Allah Swt, memerintahkan setiap hamba-Nya untuk menjaga keutuhan antar sesama manusia yang salah satunya yaitu dengan silaturahim. silaturahim mempermudah seseorang untuk membantu keluarga atau kerabat yang lagi membutuhkan. Penyintas banjir merupakan orang-orang yang lagi membutuhkan bantuan, sehingga Islam mengajarkan untuk saling membantu sesama ketika ada yang

mengalami kesulitan. Hal ini terbukti bahwa Penyintas banjir di imogiri merasa terbantu dan terkurangi beban psikologis ketika ada kerabat, teman, dan tetangga yang datang memberikan bantuan tenaga, materi, maupun dukungan secara emosional.

Membantu keluarga maupun kerabat yang sedang mengalami kesulitan dianggap sebagai sedekah dalam pandangan Islam. Allah Swt menjanjikan pahala dan kemudahan bagi hamba-Nya yang memperpanjang silaturahim dan memudahkan urusan saudaranya. Janji tersebut dituangkan dalam sabda Rasulullah yang diriwayatkan Abu Hurairah: "Siapa yang suka dilapangkan rezekinya dan dipanjangkan umurnya hendaklah dia menyambung tali silaturahim." (Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim). Selain itu Allah Swt juga menjanjikan mendekatkan surga kepada hamba-Nya yang mampu menjaga silaturahim dengan sesamanya, sebagaimana tertuang dalam hadis berikut "Engkau menyembah Allah dan tidak menyekutukan sesuatu dengan-Nya, mendirikan salat, menunaikan zakat, dan menyambung silaturahim." (Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim).

Beberapa hadis diatas menegaskan bahwa Islam sangat menganjurkan umatnya untuk membangun silaturahim antara sesama. silaturahim tidak hanya memberikan keberkahan dan kebahagiaan bagi pelakunya. Orang-orang yang dikunjungi juga akan merasakan kebahagiaan ketika mendapati keluarga, teman, atau tetangga masih peduli terhadap dirinya. Para penyintas banjir juga merasakan bahwa keberadaan keluarga dan kerabat saat dan setelah bencana tersebut menjadi penguat dan peneguh rasa bahagia masih diperhatikan dan memiliki saudara yang sangat peduli. Para penyintas merasa diringankan bebannya serta optimis bahwa musibah yang dihadapi tidak membuat mereka sendiri, melainkan memiliki saudara yang banyak.

Selain yang sudah disampaikan di atas, hikmah dan keutamaan silaturahim adalah bisa meningkatkan empati dan menjauhi sikap egois. Menurut Hakim, K.A (1986) menyampaikan bahwa Islam mengajarkan hidup bermasyarakat sangatlah penting, dimana dengan hubungan antar sesama manusia seorang hamba-Nya dapat melahirkan hak-hak dan kewajiban-kewajiban sosial. Hak dan kewajiban tersebut diantaranya adalah untuk saling memberi dan menghargai antar sesama. Silaturahim dapat membuat antar individu memahami kesulitan orang lain, sehingga muncul sikap empati dan peduli kepada mereka yang mengalami musibah. Bentuk dukungan emosional tersebut membuat penyintas banjir dapat lebih optimis dan yakin menghilangkan beban psikologis yang mereka rasakan.

Dinamika Silaturahim Sebagai Dukungan Sosial

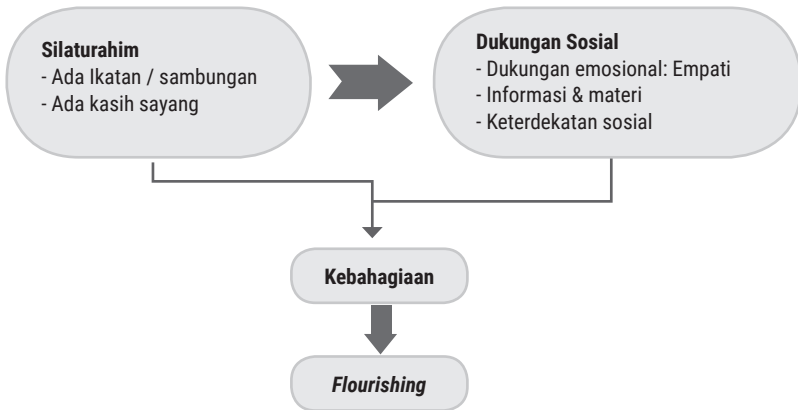
Setiap manusia memiliki kebutuhan akan rasa aman, keharmonisan, dan stabilitas dalam masyarakat, serta kebutuhan untuk menjaga keseimbangan fungsi sosial dalam kehidupan bersama. Kebutuhan tersebut dapat terpenuhi apabila ada dukungan sosial yang baik dari lingkungan. Adanya dukungan sosial ketika mengalami kesulitan hidup dapat membantu mengurangi beban psikologis, dimana individu tersebut merasa bahwa ia tidak sendirian menghadapi masalahnya. Slaturrahim adalah salah satu cara untuk mendapatkan dukungan sosial saat menghadapi masalah. Semakin luas jalinan silaturahim yang bersifat timbal balik, akan semakin banyak penyedia dukungan sosial yang dapat bermanfaat di kemudian hari.

Mariana & Nurmilah (2012) menyebutkan bahwa hikmah yang dapat diambil dari kita melakukan aktivitas silaturahim salah satunya adalah mendatangkan kebahagiaan. Lebih jauh dijelaskan

tentang manfaat adanya aktivitas silaturahim yaitu membuat kedua belah pihak saling menyayangi, sehingga muncul perasaan empati kepadanya. Orang yang melakukan dan menerima perbuatan baik akan merasa bahagia. Ketika individu merasakan kebahagiaan dari apa yang telah ia peroleh dan lakukan maka dikatakan mencapai *flourishing* dalam kehidupannya.

Jauh sebelumnya dijelaskan bahwa dengan aktivitas silaturahim seseorang akan mendapatkan dukungan. Silaturahim secara langsung membuat kedua belah pihak berbagi cerita maupun pengalaman mengenai apa yang terjadi maupun dibutuhkan olehnya. Ketika individu tersebut saling menyampaikan berita dan informasi, interaksi tersebut dapat melahirkan bentuk dukungan sosial diantara keduanya. Menurut Johnson dan Johnson (1991) melalui dukungan sosial secara langsung maupun tidak langsung dapat mempengaruhi produktivitas hidup seseorang, meningkatkan kesejahteraan psikologis, kesehatan fisik, serta pengendalian diri seseorang. Menurut Orford (1992) perasaan diterima dan dihargai dalam dukungan sosial merupakan elemen penting memunculkan perasaan bahagia dan kebersamaan pada penerimanya.

Selain itu Smet (1994) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki dukungan sosial yang tinggi akan mengubah respon terhadap stress. Para penyintas banjir imogiri sangat rentan mengalami penurunan produktivitas hidup dan kesejahteraan psikologis. Mereka akan sangat rentan mengalami stres dan trauma secara psikologis. Dukungan sosial dalam hal ini adanya silaturahim dari keluarga dan kerabat diharapkan dapat mengurangi dampak negatif tersebut.

Bagaimana aktivitas silaturahim yang mewujudkan dukungan sosial dapat mempengaruhi kebahagiaan dan pada puncaknya individu tumbuh menjadi pribadi yang memiliki *flourishing*, dijelaskan dengan skema sebagai berikut:

Menurut Wortman dan Conway (Shumaker & Czajkowski, 1994) dukungan sosial dapat diperoleh dari partner, anggota keluarga, dan teman. Selain itu, Johnson dan Johnson (1991) juga mengatakan bahwa dukungan sosial yang berasal dari orang-orang penting terdekat (*significant others*) bagi individu yang lagi membutuhkan sangat efektif untuk mengurangi dampak negatif psikologis orang tersebut. Orford (1992) juga menyebutkan bahwa sumber dukungan sosial dari keluarga atau kerabat yang ditunjukkan dengan kepedulian dan keakraban, serta dilandasi kasih sayang antar sesama dapat membantu seseorang dalam penyesuaian sosial dan perkembangan mental yang positif.

Terkait dengan hal tersebut, Islam juga mengajarkan kepada umatnya bahwa menyayangi sesama dan menjalin silaturahim menumbuhkan rasa saling peduli dan memahami. Bersilaturahmi merupakan bentuk relasi sosial. Adanya relasi ini menciptakan dukungan bagi orang-orang yang melakukan silaturahim.

Silaturahim berdampak pada kesadaran akan perlunya kepedulian satu sama lain. Setiap usaha yang dilakukan manusia akan selalu butuh keterlibatan, serta dukungan dari sesamanya. silaturahim bisa dijadikan sarana untuk memecahkan kesulitan dalam menghadapi masalah yang dihadapi, dimana kedua belah pihak akan merasa senang menerima ataupun memberikan bantuan terhadap sesamanya.

Bentuk kepedulian dan keterlibatan antar sesama tersebut termasuk bagian dari elemen dukungan sosial. Menurut Sarafino (1994) dukungan sosial diartikan sebagai pemberian perhatian melalui hubungan sosial yang akrab, sehingga keberadaan orang-orang yang memberi dukungan dapat membuat individu yang mengalami masalah merasa bernilai dan dicintai. Bentuk dukungan tersebut dapat diperoleh ketika individu melakukan komunikasi dan menjalin silaturahim yang baik dengan teman dan keluarga. Beberapa bantuan yang didapatkan saat kejadian antara lain, pemberian materi yang dibutuhkan oleh penyintas banjir, mencarikan perahu karet untuk evakuasi, serta dorongan semangat dan kepedulian untuk membantu membersihkan lumpur di rumahnya.

Kesimpulan

Peristiwa banjir yang terjadi pada bulan April 2019 di daerah Imogiri, menyebabkan dampak psikologis pada empat mahasiswa yang tinggal di wilayah tersebut. Adanya perasaan cemas, takut, serta traumatis ketika hujan menyebabkan penurunan kualitas hidup mereka. Kekuatan modal sosial yang ada pada masyarakat setempat, salah satunya menganut kepercayaan Islam yang menjunjung tinggi kebersamaan merupakan bentuk dukungan sosial dalam silaturahim. Menurut Smet (1994) dukungan sosial

dapat mengurangi emosi negatif seseorang, sehingga muncul perasaan senang, bahagia, merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai.

Pemberian dukungan sosial kepada mahasiswa penyintas banjir di Imogiri telah dilakukan melalui silaturahim oleh orang-orang terdekat kepada subjek. Silaturahim dianjurkan oleh agama Islam dikarenakan dapat memberikan manfaat positif kepada kedua belah pihak yang terlibat. Perasaan yang dirasakan oleh individu saat itu adalah terharu dan bahagia dikarenakan Allah Swt menyayanginya, dimana memberikan orang-orang di sekitar yang peduli dan memperhatikan ketika mendapat musibah. Kepedulian keluarga dan kerabat ini didapatkan dari hubungan baik yang selama ini terjalin diantara mereka.

Islam juga mengajarkan umatnya yang disampaikan Rasulullah Saw dalam beberapa Hadis, tentang keutamaan memperluas jalinan silaturahim. Allah Swt menjanjikan keberkahan kepada umat-Nya, apabila menjaga hubungan silaturahim dengan sesama. Silaturahim yang dilakukan oleh keluarga atau kerabat dari penyintas bencana dapat meningkatkan *flourishing*. Adanya kepedulian dan perhatian dalam silaturahim dapat memunculkan perasaan bahagia dan memperbaiki kondisi mental mahasiswa penyintas, sehingga dapat meningkatkan ketakwaan kepada Allah Swt. Menurut Aristoteles (Synder & Lopez, 2007) individu yang mendapatkan kebahagiaan berdasarkan pencapaian hidup yang bermakna, serta dapat melakukan apa yang seharusnya dilakukan dalam tahapan kehidupannya disebut memiliki tingkat *flourishing* yang tinggi.

Daftar Pustaka

Al-Banna, H., & Nawawi, I. (2007). *Al-Ma'tsurat & Hadits Arba'in*. Jakarta: Gema Insani.

Arif, I.S. (2016). *Psikologi Positif: Pendekatan saintifik menuju kebahagiaan*. Jakarta: Gramedia.

bpbd.bantulkab.go.id. *Empat Jam, Banjir Genangi Pemukiman Warga di Bantul*. Diunduh 19 Juni 2019.

Habibah, R., dkk. (2018). Resiliensi pada penyintas banjir ditinjau dari tawakal dan kecerdasan emosi. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya, 1 (1).*

Hakim, K.A. (1986). *Hidup yang Islami menyeharikan pemikiran transendental (aqidah dan ubudiah)*. Jakarta: CV. Rajawali.

Johnson, D.W., & Johnson, F.P. (1991)*. Joining together. group theory and skills. fourth edition.* Prentice-Hall, Inc. Englewood Cliffs.

Jusmiati. (2017). Konsep kebahagian Martin Seligman: sebuah penelitian awal. *Rausyan Fikr, 13* (2).

Mariana, A., dan Nurmilah, M. (2012). *Inilah pesan penting di balik berkah & manfaat silaturahmi*. Bandung: Ruang kata.

Orford, J. (1992). *Community psychology: Theory and practice*. Singapore: John Wiley and Sons.

Ruyter, D. (2007). Ideals, education, and happy flourishing. *Journal of Arts & Humanities Full Text Educational Theory, 57*(1), 23-35.

Sarafino, E.P. (1997). *Health psychology: biopsychosocial interactions (third edition)*. New York: John Willey & Sons, inc.

Seligman, M. E. P. (2010). *Flourish: Positive psychology and positive interventions*. University of Michigan, 229-243.

Shumaker, S.A., & Czajkowski, S.M. (1994). *Social support and cardiovascular disease*. New York: Springer Science+Business Media.

Snyder, C. R. & Shane J. Lopez. (2007). *Positive psychology*. University of Kansas Lawrence: Sage Publications.

Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan.* Jakarta: Grasindo.

Kebermaknaan Hidup, Keikhlasan, dan Dukungan Sosial Pada Penyintas Autoimun

Indy Cita Aisyah, Infanti Wisnu Wardani & Intan Agitha Putri
Magister Profesi Psikologi Universitas Islam Indonesia
indycasyah@gmail.com

Pendahuluan

Autoimun merupakan suatu respon imun terhadap antigen jaringan sendi yang terjadi akibat kegagalan pada toleransi imunitas di dalam tubuh. Penyakit autoimun terjadi ketika respon sistem kekebalan tubuh mengalami gangguan, kemudian menyerang jaringan tubuh itu sendiri sehingga memunculkan kerusakan jaringan atau gangguan fisiologis, padahal seharusnya sistem imun hanya menyerang organisme yang membahayakan tubuh (Kumar, Cotran & Robbins, 2007). Adanya penyakit autoimun tidak memberikan dampak peningkatan ketahanan tubuh dalam melawan suatu penyakit, tetapi justru terjadi kerusakan tubuh akibat kekebalan yang terbentuk (Purwaningsih, 2013).

Di Amerika Serikat, penyakit autoimun menduduki urutan ketiga penyakit mematikan. Penyakit autoimun dialami oleh 50 juta jiwa atau 15,5% dari total penduduk, dimana 80% dari angka tersebut didominasi oleh perempuan dan anak-anak. Sedangkan di Indonesia sendiri memiliki prevalensi yang hampir sama dengan Amerika, yaitu mendekati 40 juta jiwa (Cardoba, 2017).

Penyakit autoimun terjadi dikarenakan adanya kombinasi antara faktor lingkungan, faktor genetik dan tubuh individu itu sendiri hingga akhirnya semua faktor tersebut berperan dalam ekspresi penyakit autoimun. Selain faktor fisik, faktor psikologis juga memiliki peran dalam timbulnya penyakit autoimun. Sebaliknya, penyakit autoimun juga dapat menimbulkan emosi negatif seperti kesedihan mendalam, marah, dan putus asa (Cardoba, 2017).

Penelitian mengenai pengaruh pikiran dan emosi terhadap sistem imun pertama kali dilakukan oleh George F. Soomon, hasilnya menunjukkan bahwa sistem imun dipengaruhi oleh emosi yang dialami individu, baik emosi positif maupun negatif. Emosi negatif yang dirasakan akan menekan kinerja imun sistem dalam melawan bakteri, virus, atau jamur patogen. Sementara, emosi positif seperti kebahagiaan, optimisme, dan manajemen stress yang baik efektif meningkatkan fungsi dan kinerja imun sistem (Gunawan, 2017).

Hampir setiap penyakit autoimun memiliki dampak tersendiri terhadap psikologis penderitanya. Hal ini terbukti berdasarkan beberapa penelitan terhadap penyintas autoimun dari jenis yang berbeda. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sinaga (2013) diketahui bahwa salah satu penyintas autoimun jenis psoriasis mengalami stress psikologis dan gangguan psikososial. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa penyintas autoimun

jenis *myasthenia gravis* mengalami gangguan kecemasan berupa gangguan panik dan depresif (Kulaksizoglu, 2007) dikarenakan banyaknya kegiatan yang tidak dapat dilakukan dan tanggung jawab yang tidak dapat dipenuhi dengan baik karena kondisi tubuh yang semakin melemah. Selain itu, penyakit autoimun jenis *rheumatoid arthritis (RA)* juga termasuk penyakit kronik sistemik yang sering disertai dengan depresi pada 20-30% pasiennya (Mudjaddid, Puspitasari, Setyohadi, & Dewiyasti, 2017).

Penelitian-penelitian tersebut didukung pula dari hasil wawancara yang dilakukan terhadap penyintas autoimun jenis *Systemic Lupus Erythematosus* (SLE). Diketahui bahwa penyintas sering kali memiliki pemikiran-pemikiran bahwa mereka tidak memiliki waktu lama untuk menjalani kehidupan. Hilangnya minat sosial, perasaan tidak berdaya, dan hilangnya tujuan hidup membuat penyintas autoimun kehilangan makna hidupnya (Frankl, 2003).

Indonesia yang dikenal sebagai negara dengan mayoritas muslim juga memiliki masyarakat yang masih berpegang pada nilai-nilai religiusitas tertentu dalam kehidupannya. Berdasarkan hasil wawancara dengan seorang penyintas autoimun jenis *Systemic Lupus Erythematosus* (SLE) diketahui bahwa mendekatkan diri ke agama menjadi salah satu upaya yang dilakukan untuk mengembalikan makna hidupnya hingga memiliki keyakinan bahwa penyakit yang ia miliki saat ini merupakan tanda sayang Tuhan kepadanya. Bastaman (Siddik, Oclaudya, Ramiza, & Nashori, 2017) berpendapat bahwa ketika individu memiliki penghayatan bahwa hidupnya memiliki makna, maka individu tersebut bisa dikatakan sedang dalam proses menuju kepuasan hidup dan kebahagiaan hidup. Hal ini didukung oleh Myers (2008) yang menyatakan bahwa individu yang aktif secara religius

merasakan kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi dibandingkan individu yang tidak religius. Selain itu, Peacock dan Paloma (Tina & Utami, 2016) juga menemukan bahwa kedekatan dengan Tuhan sebagai salah satu prediktor dari kepuasan hidup pada semua rentang umur.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kebermakanaan hidup seseorang, diantaranya yaitu faktor internal yang meliputi pemahaman diri, bertindak postif, pengakraban lingkungan, pendalaman nilai dan ibadah. Sementara untuk faktor eksternal meliputi material, pekerjaan dan dukungan sosial. Berdasarkan faktor internal yaitu ibadah dapat dikaitkan dengan variabel keikhlasan, seperti yang termaktub dalam QS. Al-An'am ayat 162-163.

Ayat tersebut menjelaskan tentang perintah Allah kepada seluruh kaum muslimin untuk berkeyakinan bahwa shalat, ibadah, hidup, dan mati adalah untuk Allah SWT, Tuhan semesta alam. Seorang muslim harus memiliki keyakinan bahwa Allah adalah Tuhan Yang Maha Esa dan tidak ada sekutu bagi-Nya, sehingga Dia-lah penentu hidup dan mati seseorang, serta mengatur segala sesuatu di seluruh alam ini.

Peneliti juga menghubungkan variabel dukungan sosial berdasarkan faktor eksternal dari kebermaknaan hidup. Penelitian sebelumnya tentang hubungan antara dukungan sosial yang diterima dengan kebermaknaan hidup pada ODHA. pernah dilakukan oleh Astuti dan Budiyani (2014) dan juga oleh Siddiq, dkk (2017).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat dilihat bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sikap kebermaknaan hidup pada penyintas autoimun ~~yang~~ ditnjau dari ikhlas dan dukungan sosial. Adapun peneliti juga mengajukan hipotesis penelitian diantaranya: ada pengaruh ikhlas dan dukungan sosial

terhadap kebermaknaan hidup pada penyintas autoimun; ada hubungan yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan ikhlas pada penyintas autoimun; dan ada hubungan yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan dukungan sosial pada penyintas autoimun..

Metode

Partisipan (N=88) dalam penelitian merupakan penyintas autoimun yang tergabung dalam beberapa komunitas autoimun yang ada di Indonesia. Partisipan dalam penelitian ini diperoleh dengan teknik *convenience sampling,* yakni berdasarkan kesediaan partisipan untuk mengikuti penelitian ini. Dari 88 partisipan, 55,68% nya merupakan penyintas autoimun yang telah didiagnosa selama kurang lebih 1-5 tahun (N=49), 95,45% sudah menikah (N=84), dan 47,73% tinggal bersama keluarga.

Tabel 1. *Karakteristik penyintas autoimun*

Variabel Demografi		N	%
Lama menjadi penyintas autoimun	< 1 tahun	10	11.36%
	1-5 tahun	49	55.68%
	6-10 tahun	16	18.18%
	11-15 tahun	6	6.82%
	16-20 tahun	4	4.55%
	> 20 tahun	3	3.41%
Status	Lajang	4	4.55%
	Menikah	84	95.45%
	Cerai	0	0.00%

Tinggal Bersama	Sendiri	10	11.36%
	Pasangan	34	38.64%
	Keluarga	42	47.73%
	Lainnya	2	2.27%

Penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu: skala kebermaknaan hidup yang dikembangkan oleh Febriyanti (2011) mengacu pada teori kebermaknaan hidup dari Bastaman (2007) yang terdiri dari aspek kebebasan berkehendak, kehendak hidup bermakna dan makna hidup berjumlah 20 aitem; skala ikhlas yang disusun leh Chizanah dan Hadjam (2013) yang berjumlah 21 aitem terdiri dari empat aspek, yaitu konsep diri sebagaia hamba Tuhan, motif transendental, *superioritas feeling* dan kestabilan emosi; dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang disusun oleh Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988) berdasarkan tiga aspek, yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan *significant other* yang terdiri dari 12 aitem. Data dari penelitian ini dianalisis dengan menggunakan analisis regresi berganda untuk melihat daya predikasi variabel independen terhadap variabel dependen (Azwar, 2011).

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan desain regresi linear berganda. Data pada penelitian ini dikumpulkan dengan metode kuesioner *googleform* dimana subjek penelitian melakukan *self report*. Teknik pengambilan sample yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling*, yaitu peneliti memperoleh partisipan berdasarkan kesediaan dan keinginan partisipan untuk mengikuti penelitian.

Hasil

Pada bagian ini akan dijelaskan hasil penelitian yang terdiri dari statistik deskriptif, hasil uji asumsi, dan hasil uji hipotesis.

Sebelum dilakukan uji hipotesis, dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data berdistribusi normal atau tidak. Sebaran data dikatakan normal apabila $p>0.05$. Hasil uji normalitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa variabel dependent dalam penelitian ini, yaitu kebermaknaan hidup memiliki nilai $p=0.074$ ($p>0.05$), sehingga dapat dikatakan bahwa sebaran data berdistribusi normal.

Tabel 2. *Uji normalitas*

Variabel	P	Keterangan
Kebermaknaan Hidup	0.074	Normal

Setelah dilakukan uji normalitas, dilakukan uji linearitas untuk mengetahui apakah seluruh variabel memiliki korelasi yang signifikan atau tidak. Hubungan antar ketiga variabel dapat dikatakan linear apabila nilai $p<0.05$. Pada penelitian ini, korelasi antara dukungan sosial dan kebermaknaan hidup menunjukkan nilai $p=0.000$ ($p<0.05$). Dapat dikatakan bahwa hubungan kedua variabel linear dan tidak memiliki kecenderungan menyimpang dari garis lurus. Sementara itu, korelasi antara ikhlas dan kebermaknaan hidup menunjukkan nilai $p=0.785$ ($p>0.05$), sehingga korelasi antar kedua variabel tidak linear dan memiliki kecenderungan menyimpang dari garis lurus.

Tabel 3. *Uji linearitas*

Variabel	P	Keterangan
Kebermaknaan Hidup *Dukungan Sosial	0.000	Linear
Kebermaknaan Hidup*Ikhlas	0.785	Tidak Linear

Setelah dilakukan uji asumsi, dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi untuk melihat apakah ikhlas dan dukungan sosial dapat mempengaruhi peningkatan kebermaknaan hidup. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai F sebesar 33.517 dengan nilai signifikansi 0.000 ($p<0.05$). Dapat dikatakan bahwa ada pengaruh ikhlas dan dukungan sosial terhadap kebermaknaan hidup pada penyintas autoimun, artinya **hipotesis diterima**. Selain itu, diperoleh nilai *R square* sebesar 0.441, yang artinya ikhlas dan dukungan sosial dapat memprediksi kebermaknaan hidup sebesar 44,1%.

Tabel 4. *Uji hipotesis*

Model	F	Signifikansi	R Square
Regression	33.517	<0.001	0.276

Uji regresi berganda dilakukan untuk melihat hipotesis minor, yaitu ada hubungan antara kebermaknaan hidup dan ikhlas pada penyintas autoimun; dan ada hubungan yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan dukungan sosial pada penyintas autoimun. Dapat diketahui bahwa variabel dukungan sosial memiliki nilai t sebesar 8.180 dengan nilai beta sebesar 0.664 dan signifikansi sebesar 0.000 ($p<0.001$), sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kebermaknaan hidup dan dukungan sosial pada penyintas autoimun.

Disamping itu, variabel ikhlas memperoleh nilai $t=0.199$ dengan nilai beta sebesar 0.016 dan signifikansi 0.842 ($p>0.05$). Dapat dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara kebermaknaan hidup dan ikhlas pada penyintas autoimun.

Tabel 5. *Uji hipotesis*

Variabel	T	Beta	Signifikansi
Dukungan Sosial	8.180	.664	.000
Ikhlas	.199	.016	.842

Diskusi

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis mayor pada penelitian ini adalah "ikhlas dan dukungan sosial mendukung adanya peningkatan kebermaknaan hidup pada penyintas autoimun" dengan nilai signifikansi p=0,000 (p<0,05) dengan nilai F=33,517, sehingga dapat disimpulkan bahwa ikhlas dan dukungan sosial mendukung peningkatan kebermaknaan hidup pada penyintas autoimun. Sumbangan efektif dari kedua variabel ini sebesar 44.1%.

Kebermaknaan hidup dicirikan dengan individu yang mampu menentukan tujuan hidup dan nilai-nilai personal. Makna hidup berfungsi sebagai motivasi menentukan tujuan dalam kehidupan (Steger, 2011). Kebermaknaan hidup memiliki faktor trinilai yang didalamnya mencakup tentang bagaimana seorang individu beribadah atau berhubungan dengan Tuhan. Salah satunya adalah motivasi individu untuk lebih dekat dengan Tuhan. Hubungan antara individu dengan Tuhan dimana adanya motivasi ketika akan beribadah (Bastaman, 1996). Keterkaitan antara kebermaknaan hidup dengan faktor ibadah peneliti kerucutkan pada adanya rasa ikhlas di dalam ibadah tersebut.

Al-Jauziyah (1999) menyatakan bahwa seorang individu yang ikhlas senantiasa memiliki pemikiran positif untuk selalu memperbaiki segala sesuatu yang telah diperbuatnya ke arah yang lebih positif. Peterson dan Roy (1985) menemukan bahwa

ketika seorang individu memiliki kenyamanan yang timbul dari proses ritual keagamaannya cenderung memiliki kebermaknaan hidup dan kepuasan hidup yang tinggi. Hasil penelitian Peterson dan Roy (1985) tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa ikhlas memiliki korelasi yang positif dengan kebermaknaan hidup. Ikhlas merupakan sebuah bagian dari ibadah atau ritual keagamaan.

Bastaman (1996) menyatakan penghayatan dari makna hidup dapat disebabkan oleh adanya beberapa dimensi sosial, salah satu dimensi sosial itu adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan sebuah keadaan dimana individu mendapat dukungan secara emosional maupun berupa dukungan berupa informasi dari orang-orang yang berada di sekitarnya sehingga individu tersebut memiliki kenyamanan berada dan menjadi bagian dari lingkungan sosial tersebut. Selain berupa dukungan, pengertian orang sekitar terhadap keadaan individu tersebut menjadikan individu lebih merasa memiliki teman untuk berkeluh kesah mengenai permasalahan yang sedang dialaminya.

Ketika penyintas autoimun mampu merasakan dukungan sosial maka dirinya akan mendapat pengalaman bahwa dirinya dicintai dan diperhatikan sehingga individu tersebut merasa dirinya berharga dimata orang lain (Hayyu & Mulyana, 2015). Dukungan sosial menurut Sarafino (1998) dapat menjadi pertahanan bagi individu ketika sedang mengalami situasi yang penuh dengan tekanan dan dapat merubah cara pandang negatif seorang individu terhadap situasi yang penuh dengan stres.

Adanya dukungan dari lingkungan sosial menjadikan penyintas autoimun memiliki pertolongan terhadap masalah yang dihadapinya dan menjadikan individu tersebut memiliki masukan untuk mencari solusi atas permasalahan yang sedang dihadapi

serta menumbuhkan keyakinan bahwa permasalahan yang sedang dihadapi akan mampu diselesaikan (Astuti & Budiyani, 2010). Menurut Bastaman (2007) ketika seorang individu memiliki harapan atau keyakinan akan masa depan maka melalui harapan dan keyakinan tersebut seseorang dapat menemukan makna hidupnya. Mengacu pada proses penemuan makna hidup yang dikembangkan oleh Frankl (2003), pengalaman merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi proses pencarian makna hidup dari seorang individu. Ketika penyintas autoimun memiliki pengalaman yang positif mengenai keberadaan hidupnya di tengah masyarakat maka pengalaman-pengalaman tersebut kemudian akan menjadikan individu tersebut dengan cepat memahami makna dari kehidupan dirinya. Huntz (Baron & Byrne, 2005) mengatakan bahwa terdapat kecenderungan setiap individu untuk menyukai atau senang berkumpul dengan orang-orang yang memiliki kesamaan dengan individu tersebut. Hal tersebut juga berlaku bagi penyintas autoimun dimana para survivor memiliki kecenderungan untuk berkumpul dengan sesama penyintas autoimun karena ketika masyarakat tidak sepenuhnya menerima keadaan mereka maka ~~ketika~~ penyintas autoimun bertemu dengan penyintas autoimun lainnya mereka akan merasa saling bisa memahami karena ~~mereka~~ memiliki kesamaan. Hal tersebut tidak lepas dari fakta bahwa responden dalam penelitian ini tergabung ke dalam kelompok-kelompok dukungan sesama penyintas autoimun. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketika individu berkumpul dengan individu yang memiliki karakteristik yang sama, maka individu tersebut akan cenderung merasa bahwa dirinya menerima dukungan yang lebih besar dalam melewati permasalahan yang ada dalam hidupnya.

Untuk melihat lebih lanjut bagaimana hubungan antara setiap variabel independen terhadap variabel dependen, peneliti melakukan uji hipotesis minor. Terdapat dua hipotesis minor dalam penelitian ini yaitu ikhlas mendukung adanya peningkatan kebermaknaan hidup dan hipotesis minor kedua, yaitu dukungan sosial mendukung adanya peningkatan kebermaknaan hidup. Berdasarkan hasil yang diperoleh bahwa hipotesis pertama tidak diterima, nilai signifikansi p sebesar 0,842 dengan nilai beta sebesar 0,016. Sedangkan, pada hipotesis kedua p=0,000 dengan nilai beta sebesar 0,664 artinya hipotesis dapat diterima.

Secara kuantitatif hipotesis antar variabel ikhlas terhadap kebermaknaan hidup penyintas autoimun tidak memiliki hubungan dibanding saat disandingkan dengan variabel dukungan sosial. Hal ini dapat diasumsikan bahwa ikhlas dapat berhubungan langsung dengan kebermaknaan hidup karena terkait nilai-nilai yang ditanamkan dan harus diaplikasikan dalam keseharian, namun ikhlas tidak dapat berdiri sendiri untuk meningkatkan kebermaknaan hidup penyintas autoimun.

Keterbatasan dari penelitian ini adalah kami menggunakan alat ukur yang sudah ada, pernyataan-pernyatan yang ada dalam ukur tersebut bersifat general sehingga kemungkinan hal tersebut yang membuat salah satu variabel dalam penelitian ini tidak terbukti.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kebermaknaan hidup pada penyintas autoimun ~~yang~~ ditinjau dari ikhlas dan dukungan sosial. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat ikhlas dan dukungan sosial yang dimiliki penyintas autoimun

maka semakin tinggi juga tingkat kebermaknaan hidup yang dimiliki penyintas autoimun. Sebaliknya, apabila semakin rendah tingkat ikhlas dan dukungan sosial yang dimiliki penyintas autoimun maka rendah tinggi juga tingkat kebermaknaan hidup yang dimiliki penyintas autoimun.

Saran

Peneliti selanjutnya diharapkan mampu melakukan pengembangan alat ukur terkait ikhlas dan dapat memperoleh jumlah subjek yang lebih banyak sehingga dapat dibandingkan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh peneliti.

Daftar Pustaka

Astuti, A. & Budiyanti, K. (2010). Hubungan antara dukungan sosial yang diterima dengan kebermaknaan hidup pada ODHA (Orang dengan HIV/AIDS). *Emphaty*

Azwar, S. (2011). *Sikap manusia : Teori dan pengukurannya.* Jakarta: Pustaka Pelajar.

Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo

Cardoba, M. (2017). *Autoimmune: The true story*. Jakarta: Gramedia pustaka utama.

Chizanah, L., & Hadjam, M. N. R. (2013). Penyusunan instrumen pengukuran ikhlas. *Jurnal Psikologika. 18*(1),39-49.

Febriana. (2015). *Pelaksanaan fisioterapi pada kasus rheumatoid arthritis ankle bilateral di RSUD Saras Husada Purworejo.* Fakultas ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Febriyanti, F. (2011). *Efektivitas terapi kognitif kebersyukuran untuk menigkatkan kebermaknaan hidup pada narapidana penyalahguna NAPZA.* Tesis. Universitas Islam Indonesia.

Frankl, E. V. (2003). *logoterapi terapi psikologi melalui pemaknaan eksistensi.* Yogyakarta: Kreasi Wacana

Kulaksizoglu, I. B. (2007). Mood and anxiety disorder in patients with Myasthenia gravis. *CNS Drugs: 2*(1), 473-481

Sinaga, D. (2013). Pengaruh stress psikologis terhadap pasien psoriasis. *Jurnal Ilmiah*

Widya,1, 129-134.

Siddik, I. N., Oclaudya, K., Ramiza, K., & Nashori, F. (2017). Kebermaknaan hidup odha ditinjau dari keikhlasan dan dukungan sosial. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi, 2*(2).

Steger, MF,. (20011). *Meaning in life. The Oxford handbook of positive. psychology, 2nd edition.* New York: Oxford University

Tina, F. A., & Uatami, M. S. (2016). Religiusitas dan kesejahteraan subjektif pada

pasien jantung koroner. *Gadjah Mada Journal Of Psycholo*gy, *2*(3), 162-171.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The

multidimensional scale of perceived social support. *Journal Of Personality*

Assessment, 52(1), 30

Bab 23

Pelatihan Spiritual *Mindfulness* (Sabar, Ikhlas, Pasrah) dan *Psychological Wellbeing* Penyintas Diabetes Mellitus Tipe II

Rina Jayanti *1 & Moordiningsih *2

[1]Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Surakarta RS PKU Muhammadiyah Surakarta,

[2]Magister Psikologi Profesi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

nonikjy@gmail.com, moordiningsih@gmail.com

Pendahuluan

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar gula dalam darah disertai dengan pengeluaran kadar glokusa pada urine. Menurut Sugondo (2009) diabetes mellitus terjadi jika didalam tubuh tidak menghasilkan insulin yang cukup untuk mempertahankan kadar gula darah tetap normal. Prevalensi penderita Diabetes mellitus semakin meningkat dari tahun ketahun.

Data WHO menyebutkan bahwa pada tahun 2004 jumlah penderita diabetes di Indonesia mencapai 8.426.000 penderita dan

pada tahun 2030 diprediksi jumlah penderita DM di Indonesia mencapai 21.257.000. Data profil kesehatan propinsi Jawa Tengah tahun 2012 diketahui bahwa penderita DM sebanyak 201.036. Ditingkat kota Surakarta pada tahun 2011 prevalensi penderita DM diperoleh angka sebesar 8.236 per 100.000 penduduk. Peningkatan penderita DM secara signifikan menunjukkan bahwa saat ini pola penyakit masyarakat telah bergeser kearah pola penyakit degeneratif

DM merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah kondisi penyakit agar tidak bertambah parah adalah dengan melakukan pengelolaan diri dan pengelolaan penyakit secara tepat. Proses perjalanan penyakit DM dalam jangka panjang dapat menimbulkan masalah –masalah lain seperti penyempitan pembuluh darah, kerusakan ginjal, kerusakan syaraf mata dan berbagai macam infeksi, akibatnya penderita akan semakin merasa khawatir. Menurut Wysocki dan Buckloh (dalam Prawitasari, 2012) salah satu yang sangat perlu dipertimbangkan dalam pengelolaan diri pada penderita DM adalah faktor psikologis.

Kondisi penyakit dan perubahan gaya hidup penderita DM seringkali menimbulkan gangguan psikologis yang mengakibatkan kesehatan mental individu menjadi terganggu, antara lain individu bisa mengalami tekanan, stress, putus asa dimana hal tersebut dapat memperburuk kondisi penyakitnya. Ketika individu dihadapkan pada situasi yang tertekan, maka akan dapat menimbulkan stress. Respon stress dapat meningkatkan hormon adrenalin yang akhirnya dapat mengubah cadangan glikogen di dalam hati menjadi glukosa. Kadar glukosa darah yang tinggi secara terus menerus dapat menyebabkan munculnya komplikasi dari DM (Discovery Health, 2004).

Psychological wellbeing perlu dimiliki oleh penderita DM karena dapat mengurangi terjadinya resiko komplikasi, seperti yang dikemukakan oleh Sundberg (2007) bahwa sistem pikiran (psikologis) berkaitan dengan keadaan tubuh (sistem biologis) yang artinya kesehatan dalam tubuh seseorang dipengaruhi oleh pikiran maupun lingkungan, pikiran yang positif dan lingkungan yang mendukung akan membuat kesehatan seseorang menjadi lebih baik.

Ryff (1995) mendefinisikan *psychological wellbeing* sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis individu dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus tumbuh secara personal. *Psychological wellbeing* tidak dimiliki individu jika mengalami disfungsi psikologis atau disfungsi kesehatan yang ditimbulkan oleh suatu penyakit (Fava dan Ruini, 2003). Perubahan fisik dialami penderita DM, penderita menjadi cepat lelah, sering buang air kecil, sering merasa lemas, berat badan menurun. Secara psikologis penderita menjadi sedih, gelisah, khawatir akan mengalami komplikasi penyakit, tidak percaya diri, takut makan, mudah tersinggung.

Adanya perubahan kondisi individu penderita DM, dimana mengalami perubahan-perubahan baik secara fisik maupun psikologis seringkali menimbulkan gejala-gejala negatif. Dalam manajemen DM tercermin dalam ruang lingkup asuhan mencakup dimensi fisik, psikologis, spiritual, sosial dan lingkungan serta melibatkan tidak hanya perawat dan pasien tetapi juga keluarga dan orang terdekatnya (Dunning, 2009). North American Nursing Diagnosis Ascociation (NANDA) pada pengantar taksonominya yang terbaru menyatakan bahwa respon individu terhadap masalah kesehatan atau proses tumbuh kembang bersifat holistik, tidak

hanya respon secara fisik tetapi juga psikologis, sosial dan spiritual (NANDA, 2012).

Salah satu bentuk intervensi psikologis untuk meningkatkan *psychological wellbeing* adalah latihan *mindfulness.* Greenberg (1999) menjelaskan bahwa pelatihan *mindfulness* menekankan pada pemfokusan perhatian pada peristiwa kekinian (peristiwa yang terjadi disini dan sekarang). Germer (2005) menjelaskan tiga elemen penting dalam praktek *mindfulnes*, yaitu : (1) kesadaran, (2) pengalaman saat ini, (3) dengan penerimaan. Kesadaran yang muncul untuk meningkatkan *wellbeing* lebih lanjut dijelaskan oleh Mace (2008) bahwa individu yang secara konsisten melakukan latihan *mindfulness* menunjukkan adanya perubahan kesadaran dari waktu kewaktu serta peningkatan *psychological wellbeing.*

Penelitian tentang monitoring *psychological wellbeing* pada pasien DM rawat jalan, menunjukkan bahwa monitoring rutin terhadap *psychological wellbeing* sebagai bagian dari perawatan diabetes rawat jalan memiliki efek menguntungkan pada suasana hati pasien (Pouwer et al, 2010). Penelitian lain dengan judul "*Sustained Effect of a Mindfulness Base Stress Reduction Intervention in Type 2 Diabetic Patient ",*dengan tujuan untuk mengetahui dampak jangka panjang intervensi *Mindfulness Base Stress Reduction* terhadap tekanan psikologis pada penderita DM tipe 2, diperoleh tingkat depresi yang rendah dan status kesehatan yang meningkat (Hartman et al,2012). Berdasarkan pada beberapa penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa intervensi *mindfulness* efektif dalam meningkatkan *psychological wellbeing* penderita DM.

Berdasarkan data-data yang telah disampaikan dapat disimpulkan bahwa individu yang menderita DM akan mengalami perubahan baik fisik maupun psikis terkait pola pengelolaan penyakitnya sehingga berpengaruh terhadap *psychological*

wellbeing penderia. Fluktuasi kadar gula darah penderita DM sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis. Penelitian-penelitian yang telah dilakukan menyebutkan bahwa kesadaran akan kondisi penyakit dapat mempengaruhi tingkat *psikologikal wellbeing* penderita. Salah satu intervensi untuk meningkatkan *psychological wellbeing* adalah *mindfulness.*

Penelitian ini membahas intervensi secara psikologis berupa *mindfulness* dengan pendekatan spiritual dan intervensi fisik berupa latihan senam DM secara teratur dalam upaya peningkatan *psychological wellbeing* penderita diabetes mellitus tipe 2. Teori yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teori *mindfulness* yang dikemukakan oleh Jon Kabat – Zinn (2012) dan *psychological wellbeing* yang dikemukakan oleh Ryff dan Singer (2008).

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen untuk mengetahui : (1) efektifitas pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual (Sabar, Ikhlas dan Pasrah) terhadap *psychological wellbeing* pada penderita DM tipe 2. (2) mengetahui efektivitas kegiatan senam DM terhadap *psychological wellbeing* pada penderita DM tipe 2.(3) Untuk membandingkan efektivitas intervensi pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual dibandingkan dengan senam DM terhadap peningkatan *psychological wellbeing* pada penderita DM tipe 2.

Partisipan yang akan digunakan dalam penelitian ini sebanyak 33 orang yang terbagi dalam 3 kelompok, yaitu kelompok eksperimen pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual (KE1), kelompok eksperimen senam (KE 2) dan dan kelompok kontrol (KK). Penentuan sampel dilakukan secara *non random*

dengan teknik incidental sampling. Pengelompokkan sample pada kelompok penelitian dilakukan dengan random *assignment.*

Pengukuran *psychological wellbeing* menggunakan skala *psychological wellbeing* dari *Ryff's Scale Psychological Wellbeing* (RPWB) yang terdiri dari 42 aitem favorabel dan unfavorabel yang sebelumnya telah diuji *validitas konstruknya oleh Springer dan Hauser (2006).* Setelah dilakukan ujicoba skala diperoleh 24 aitem skala yang valid. Skala *psychological wellbeing* terdiri dari 6 aspek yaitu : *autonomy, environmental mastery, personal growth, positif relation with other, purpose in life, dan self acceptance.*

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental design* dengan bentuk desain *non-equivalent group design* yaitu *pretest – posttest control group design*, yang terdiri dari kelompok esperimen dan kelompok kontrol yang tidak dipilih secara acak.

Tabel 1. *Rancangan Eksperimen*

RA	KE 1	Y1	X1	Y2	Y3
	KE 2	Y1	X2	Y2	Y3
	KK	Y1	X0	Y2	Y3

Keterangan :

KE 1	:	Kelompok eksperimen mendapat perlakuan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual
KE 2	:	Kelompok eksperimen melakukan kegiatan senam DM secara rutin
KK	:	Kelompok kontrol adalah kelompok kontrol (tanpa perlakuan)
Y 1	:	Pretest
Y 2	:	Posttest
Y 3	:	Follow up

X 1	:	Perlakuan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual
X 2	:	Perlakuan senam diabetes mellitus secara rutin

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil statistik menunjukkan bahwa intervensi secara psikologis berupa pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual dapat meningkatkan skor *psychological wellbeing* penderita DM tipe 2 dengan ($\chi^2 = 14.114$; $p < 0,01$), hal ini berarti hipotesis diterima.

Tabel 2. *Uji Friedman Test KE 1*

Test Statistics[a]	
N	9
Chi-Square	14.114
df	2
Asymp. Sig.	.001

a. Friedman Test

Peningkatan terjadi pada 4 dari 6 aspek *psychological wellbeing*, yaitu : *autonomy, environmental mastery, personal growth, dan purpose in life.*

Tabel 3.Analisis *Friedman per aspek psychological wellbeing KE 1*

No	Aspek	χ^2 = Chi Square	Asymp. Sig
1	***Autonomy***	7,938	**p < 0,05 ;0,019**
2	***Environmental Masteryt***	9,176	**p < 0,05 ;0,010**
3	***Personal Growth***	8,069	**p < 0,05 ;0,018**
4	*Positif Relation With Other*	0,897	p> 0,05 ;0,639
5	***Purpose in Life***	9,742	**p < 0,05 ;0,004**
6	*Self Acceptance*	1,727	p> 0,05 ;0,422

Selain pengukuran *psychological wellbeing* pada penelitian ini juga dilakukan pengukuran kadar gula darah sewaktu (GDS) pada kelompok ekperimen 1, didapatkan hasil bahwa latihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual dapat menurunkan kadar gula darah sewaktu dengan taraf signifikansi 0,038.

Tabel 4. *Uji Beda Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu*

Test Statistics[b]

	POSTGDS - PREGDS
Z	-2.073[a]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.038

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Intervensi fisik berupa kegiatan senam DM yang dilakukan secara teratur dilakukan dalam waktu 5 kali seminggu juga dapat meningkatkan *psychological wellbeing* penderita diabetes mellitus tipe 2 dengan (χ^2 = 14.308; $p < 0,01$), hal ini berarti bahwa hipotesis diterima.

Tabel 5. *Uji Friedman Test KE 2*

Test Statistics[a]	
N	10
Chi-Square	14.308
df	2
Asymp. Sig.	.001

a. Friedman Test

Peningkatan terjadi pada 1 aspek dari 6 aspek *psychological wellbeing*, yaitu aspek *self acceptance*.

Tabel 6. *Analisis Friedman per aspek psychological wellbeing KE 2*

No	Aspek	χ^2=Chi Square	Asymp. Sig
1	*Autonomy*	4,606	0,100; p> 0,05
2	*Environmental Masteryt*	0,800	0,670; p> 0,05
3	*Personal Growth*	2,385	0,304; p> 0,05
4	*Positif Relation With Other*	5,097	0,078; p> 0,05
5	*Purpose in Life*	2,057	0,358; p> 0,05
6	*Self Acceptance*	10,182	0,006; p < 0,05

Dilakukan uji beda pada 3 kelompok dalam penelitian ini. Pertama, uji beda *posttest psychological wellbeing* KE 1, KE 2 dan KK, analisis menggunakan *Kruskal Wallis Test.* Hasil analisis data didapatkan χ^2= 8,075; $p < 0,05$.

Tabel 7. *Uji beda KE 1, KE 2 dan KK*

Test Statistics[a,b]	
	POSTTEST
Chi-Square	8.075
df	2
Asymp. Sig.	.018

a. Kruskal Wallis Test

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan *psychological wellbeing* antara KE 1, KE 2 dan KK pada saat dilakukan *posttest.* Skor *psychological wellbeing* penderita diabetes mellitus tipe 2 yang paling tinggi adalah KE 1 dengan *mean rank* sebesar 19,94 disusul oleh KE 2 dengan *mean rank* sebesar 12.20 dan skor terendah adalah KK dengan *mean rank* sebesar 9,56. Kedua dilakukan uji beda 3 kelompok pada saat follow up. Berdasarkan hasil analisis diperoleh (χ^2 = 9,552 $p < 0,05$.)

Tabel 8. *Uji Kruskal Wallis Follow Up KE 1, KE 2 dan KK*

Test Statistics[a,b]	
	FOLLOW UP
Chi-Square	9.552
df	2
Asymp. Sig.	.008

a. Kruskal Wallis Test

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan *psychological wellbeing* antara KE 1, KE 2 dan KK pada saat dilakukan *follow up.* Skor *psychological wellbeing* penderita DM tipe 2 yang paling tinggi adalah KE 1 dengan *mean rank* sebesar 20,61 disusul oleh KE 2 dengan *mean rank* sebesar 11,40 dan skor terendah adalah KK dengan *mean rank* sebesar 9,81

Pada kondisi umumnya masalah *psychological wellbeing* pada penderita diabetes mellitus merupakan ketidakberfungsian seseorang yang diakibatkan karena penyakitnya. Kenyataan bahwa penyakit DM tipe 2 adalah suatu penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan serta kemungkinan munculnya penyakit lain yang menyertai perjalanan penyakit DM tipe 2 sebagai komplikasinya menimbulkan kekhawatiran bagi penderita. Ketidakmampuan dalam pengelolaan penyakit DM pada penderita menimbulkan dampak psikologis dan kondisi fisik yang semakin menurun sehingga *psychological wellbeing* penderita DM menjadi menurun.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan perubahan *psychological wellbeing* pada penderita DM tipe 2 yang diberikan intervensi *mindfulness* dengan pendekatan spiritual, hal tersebut ditunjukkan dengan nilai χ^2 chi

square = 14,114; p <0,01 melalui uji *friedman test.* Penderita DM tipe 2 yang diberikan pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual mengalami peningkatan *psychological wellbeing*.

Dalam teori humanistik dijelaskan tentang kesadaran diri bahwa manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya yang memungkinkan manusia mampu berpikir dan membuat keputusan. Pengelolaan penyakit DM menuntut penderita untuk melakukan perubahan dalam gaya hidupnya terkait dengan diet dan olah raga yang harus dilakukan serta kepatuhan dalam pengobatan. Penderita mengalami tantangan-tantangan untuk menghadapi masalah tersebut. Kesadaran diri akan kondisi penyakit yang diderita dengan kemauan untuk hidup sehat mendorong penderita sanggup melakukan perubahan pola hidupnya. Latihan *mindfulness* melatih individu untuk meningkatkan kesadaran diri. *Mindfulness* memberi perhatian secara intensif, tanpa penilaian, terhadap pengalaman pada saat ini dan melanjutkan perhatian, tujuannya adalah untuk mengolah kesadaran pada saat ini yang stabil dan tidak reaktif (Kabat-Zinn (1995). Dengan kesadaran yang demikian maka penderita DM dapat menerima kondisi diri dan mampu menghadapi masalah tersebut sehingga *psychological wellbeing* lebih baik.

Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual tidak memberikan perubahan pada aspek *positif relation with other* dan *self acceptance*. Hal tersebut dimungkinkan karena status sosial pada sebagian besar kelompok partisipan pelatihan *mindfulness* kurang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ryff dan Singer (1995) yang meneliti dampak kemiskinan terhadap *psychological wellbeing*, diperoleh hasil bahwa status ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri.

Hasil penelitian ini, membuktikan terdapat peningkatan yang sangat signifikan perubahan *psychological wellbeing* pada penderita diabetes mellitus tipe 2 yang melakukan senam DM secara rutin, hal tersebut ditunjukkan dengan nilai χ^2chi square = 14,308 $p < 0,05$ melalui uji *friedman test.* Penderita DM yang melakukan senam DM secara rutin mengalami peningkatan *psychological wellbeing.* Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Arif, et al (2000) bahwa berolahraga senam secara teratur akan bisa memberikan perbaikan dalam kesegaran jasmani. Hal ini karena gerakan dalam senam bisa memperbaiki sistem kardiovaskular, pernafasan/respirasi, sampai dengan pengontrolan kadar gula darah sehingga penderita merasakan tubuhnya jauh lebih fit daripada sebelumnya kondisi ini membuat penderita lebih dapat menerima keadaan dirinya.

Penelitian ini membuktikan terdapat yang signifikan pada KE 1, KE 2 dan KK. Melalui uji kruskall wallis diperoleh hasil *Chi Square* sebesar 8,075 dengan *Asymp. Sig* sebesar 0,018. Berdasarkan hasil *mean rank* KE1 menunjukkan tingkat *psychological wellbeing* yang lebih tinggi dibandingkan dengan KE 2 dan KK.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual (Sabar, Ikhlas dan Pasrah) lebih efektif dalam meningkatkan *psychological wellbeing* penderita DM tipe 2. Artinya intervensi secara psikologis memberikan dampak positif yang lebih baik dibandingkan latihan fisik.

Pada penelitian ini juga didapatkan data bahwa latihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual diketahui dapat menurunkan kadar gula darah sewaktu penderita DM tipe 2. Data tersebut diperoleh dari uji *Wilcoxon sign rank test,* diperoleh nilai Z sebesar -2,073 dengan Asymp.Sig (2 *tailed*) 0,038; $p < 0,05$. Penurunan kadar gula darah tersebut dapat dijelaskan

mekanismenya berdasarkan neuropsikologis bahwa kondisi emosional merangsang aktifnya syaraf sympatis, sekresi syaraf sympatis adrenal modular jika terjadi secara berkepanjangan akan mengaktivasi hipotalamus yang mempengaruhi kelenjar pituitary, hal tersebut mempengaruhi sekresi pada kortikotropin yang menstimulasi kelenjar pituitary anterior, kelenjar inilah yang mempengaruhi produksi ACTH (*adrenocorticotropic hormone*), ACTH memproduksi hormon kortisol yang mempengaruhi peningkatan kadar gula darah. Pada pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual kondisi emosi partisipan diarahkan dalam keadaan yang tenang dan rileks sehingga tidak mengaktifkan syaraf simpatis. Menurut Benson (2000) latihan meditasi yang berlanjut dapat menjadikan emosi dan reaksi fisiologis menjadi di bawah kendali meditator. Respons relaksasi adalah fenomena penurunan tekanan yang terjadi selama meditasi, dimana salah satu bagian tubuh secara luar biasa dapat mengatur mesin fisiologisnya sendiri.

Latihan *mindfulness* diawali dengan melakukan pernapasan perut dengan pola pernapasan lima kali permenit dan partisipan diarahkan untuk selalu menyadari pernapasannya. Arambula dkk (dalam Holroyd, 2003) menjelaskan bahwa pola pernapasan lima kali permenit dapat menciptakan keadaan alpha. Pada saat melakukan latihan *mindfulness* dan *body scanning* partisipan mampu merasakan sensasi tubuh, peristiwa atau pengalaman yang tidak mampu dirasakan sebelumnya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Schurrmann (dalam Cahn & John Polich, 2006) yang menjelaskan bahwa meningkatnya aktivitas gelombang alpha menjadikan orang lebih sensitif terhadap suatu stimulus. Pengembalian kesadaran pada pernapasan dilaksanakan ketika perhatian telah diarahkan ke sensasi tubuh, pikiran, perasaan terhadap suatu pengalaman atau peristiwa.

Pengembalian pada kesadaran diharapkan individu mampu untuk mengungkapkan dan menyebutkan peristiwa atau pengalaman yang dialami, dirasakan, diindera, dirasakan saat melakukan latihan *mindfulness* dan pendeteksian tubuh. Dalam latihan *mindfulness* baik *mindfulness* formal maupun informal partisipan selalu diminta untuk memusatkan perhatiannya pada pernapasan. Pernapasan yang dilakukan selama sesi pelatihan selalu disertai dengan ungkapan rasa syukur dan ikhlas memberikan suatu penguatan terhadap kondisi ketenangan, sehingga individu merasa lebih rileks dan ikhlas menerima kondisi diri apa adanya. Pengembalian kesadaran pada pernapasan dilakukan ketika perhatiannya telah diarahkan pada sensasi tubuh, pikiran, perasaan dan terhadap suatu pengalaman atau peristiwa. Situasi tersebut sesuai dengan kondisi mayoritas partisipan penelitian yang memiliki tujuan dalam mengikuti pelatihan ini untuk memahami keadaan dirinya sehingga mampu menyelesaikan permasalahan yang dialami akibat perubahan pola hidup terkait dengan kondisi penyakit diabetes mellitus yang dihadapi. Dalam latihan *mindfulness* formal maupun informal serta *body scanning*, partisipan dilatih untuk menjadi pengamat terhadap peristiwa kekinian dan pengalaman internal yang terjadi dengan tanpa melakukan evaluasi atau penilaian, penuh penerimaan, kebaikan keterbukaan, rasa syukur, sabar dan ikhlas terhadap apa yang terjadi pada dirinya meskipun kondisi tersebut diluar keinginan diri.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan yang telah dikemukakan, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Pelatihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual (Sabar, Ikhlas dan Pasrah) efektif dalam meningkatkan

psychological wellbeing penderita DM tipe 2. Empat dari enam aspek *psychological wellbeing* mengalami peningkatan, yaitu : *autonomy, environmental mastery, personal growth* dan *purpose in life*. Untuk menjaga efektivitas intervensi, latihan *mindfulness* perlu dilakukan secara teratur.

2. Kegiatan senam DM yang dilakukan secara rutin efektif dalam meningkatkan *psychological wellbeing* penderita DM tipe 2. Satu dari enam aspek *psychological wellbeing* mengalami peningatan yaitu *self acceptance.*
3. Intervensi psikologis berupa kegiatan latihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual (Sabar, Ikhlas dan Pasrah) lebih efektif dalam meningkatkan *psychological wellbeing* penderita DM tipe 2 dibandingkan dengan intervensi secara fisik berupa kegiatan senam.
4. Kadar gula darah sewaktu penderita DM tipe 2 menurun secara signifikan setelah melakukan latihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual (Sabar, Ikhlas dan Pasrah).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis memberikan saran yang ditujukan kepada pihak-pihak terkait sebagai berikut :

1. Kepada penderita DM tipe 2

   Mindfulness dengan pendekatan spiritual (Sabar, Ikhlas dan Pasrah) dan melakukan kegiatan senam secara teratur terbukti efektif untuk meningkatkan *psychological wellbeing* pada penderita DM tipe 2, oleh karenanya partisipan dapat melakukan latihan tersebut secara rutin setiap hari.
2. Kepada institusi
   a. Pertemuan kegiatan senam diabetes mellitus agar ditingkatkan frekuensi,selain sebagai sarana pengelolaan

fisik penderita DM, kegiatan tersebut dapat pula difungsikan sebagai *support group* bagi penderita.

b. Latihan *mindfulness* dengan pendekatan spiritual dapat digunakan sebagai terapi komplementer selain farmakoterapi bagi penderita DM tipe 2, dapat dilakukan secara individual maupun kelompok sebagai *support group therapy*.

3. Kepada peneliti selanjutnya

a. Penelitian mengenai *mindfulness* disarankan untuk dilakukan dengan partisipan yang lebih besar, dengan mempertimbangkan keseimbangan jumlah jenis kelamin, status sosial ekonomi partisipan serta perlu mengantisipasi adanya hal-hal yang dapat mempengaruhi hasil penelitian untuk menghindari bias.

b. Jika dimungkinkan perlu melakukan kontrol terhadap terapi farmakologi.

c. Jika dilakukan intervensi senam, perlu dipertimbangkan bahwa kegiatan tersebut dapat dilaksanakan secara bersama-sama.

d. Penelitian yang berkaitan dengan spiritualitas, perlu diukur tingkat spiritualitas partisipan pada saat screening untuk menghindari bias hasil penelitian.

e. Dalam penentuan partisipan penelitian, intervensi akan lebih efektif jika dilakukan terhadap partisipan dengan tingkat *psychological wellbeing* yang rendah.

Daftar Pustaka

Arif, M., Triyanti, K., Savitri, R., Wardhani, W.I., & Setiowulan, W. (2000). *Kapita selekta kedokteran. Edisi ke-3. FKUI.* Jakarta: Medica Aesculapius

Benson, H., & Proctor, W (2000). *Keimanan yang menyembuhkan (dasar-dasar respon relaksasi).* Bandung: Kaifa

Brown, K.W., Ryan, R.M., (2003). The benefit of being present mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality & Social Psychology, 84*(4), 822-848.

Cahn, B.R & Polich, J.(2006). Meditation states and traits: eeg, erp and neuro imaging studie. *Psychological Bulletin, 132*(2), 180-211.

Fava, G.A & Ruini, C. (2003). Development and characteristic of a wellbeing enhancing psychoterapic strategic : Wellbeing therapy. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 34*, 45-63.

Dunning III MB.(2009). *A manual of laboratory and diagnostic tests. 8th edition*. Philadelphia Baltomore New York : Wolters Kluwer Health.

Germer, C.K, & Siegel, R.D. (2005). *Mindfulness, what is it ? what does it matter*. Guilford Publications.

Greenberg, J.S (1999). *Comprehensive stress management*. United States of America: Mc. Growhill

Discovery Health, (2004)

Hartmann, M., Kopf, S., Kircher, C., Faude-Lang V., Djuric, Z., Augstein, F., & Nawrowth, P.P. (2012). Sustained effect of a mindfullness based stress reduction intervention in type 2 diabetic patient. *Diabetes Care*, *35*, 945-947

Herdman, T.H. (2012). NANDA *international nursing diagnoses : definition & clasification 2012-2014*. United Kingdom : Wiley-Blackwell

Holroyd, J .(2003). The science of meditation and the state of hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, *46*, 2

Mace, C.(2008). *Mindfulness and Mental Health : Therapy, Theory and Science*. Routledge Taylor & Francis Group. NewYork.

Ryff & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69,*719 –727

Ryff & Singer, B.H. (2008) . Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happines Studies, 9*(1), 13-39

Sundberg, M. L. (2007). *Verbal behavior*. New York : Merril

Soegondo, S., 2009. *Sindroma metabolik buku ilmu penyakit dalam*. Jakarta: Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Profil Kesehatan Kota Surakarta Tahun 2011.

Prawita S. (2011). *Psikologi terapan melintas batas disiplin ilmu*. Jakarta : Penerbit Erlangga.

Pouwer F., Geehoed-Duijvestijn, P.H., Tack, T.J. (2010). *Prevalence of comordid deppression is high in out patient with type 1 or type 2 diabetes mellitus result from thress out patient clinics in Netherlands. Diabet Med, 27*, 217-224.

Whitebird, RR., Kreitzer M.J., Vazquez,B.,Gabriela, X., Enstad, C. J., Stuck L. H., & O'Connor, P. (2014) Improving diabetes management with mindfulness-based stress reduction. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 20*(5), 226-230

Zinn, J.K. (2012). *Mindfulness for beginner*. Colorado : Sound True Boulder.

Pengaruh *Cognitive Behavior Religious Therapy* dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Umum pada Penderita *Myastenia Gravis*

Wisnu Catur Bayu Pati[1], Usmi Karyani[1], Puspitasari Dwiaryani[2]

[1]Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Dinas Sosial Kabupaten Boyolali
wisnucaturbayu@gmail.com

Pedahuluan

Myastenia gravis adalah salah satu karekteristik penyakit autoimun pada manusia. Myastenia gravis adalah gangguan pada *myoneural junction* akibat adanya reaksi autoimun dimana terdapat antibodi yang menempati reseptor asetilkoin pascasinap yang ditandai dengan suatu kelemahan abnormal dan progresif pada otot yang dipergunakan secara terus-menerus dan disertai dengan kelelahan saat beraktivitas (Bahrudin, 2017). Menurut Asriwati (2017) Myasthenia gravis (MG) adalah kelainan neuromuskular yang menyebabkan kelemahan pada otot lurik, yang merupakan otot yang digunakan tubuh untuk bergerakan.

Miyastenia gravis terjadi akibat terputusnya komunikasi antara saraf dan otot. Kondisi kronis ini dapat terjadi pada semua orang dari segala usia, akan tetapi penyakit ini paling umum dialami oleh wanita berusia dibawah 40 tahun dan pria di atas 60 tahun. Wanita juga memiliki resiko tiga kali lebih tinggi daripada pria untuk mengidap myastenia gravis. Orang dengan penderita penyakit miyastenia gravis cenderung tergantung dengan obat-obatan. Konsumsi obat merupakan hal yang wajib bagi penderita penyakit ini. Orang-orang yang didiagnosis mengalami penyakit myastenia gravis seringkali memunculkan fikiran-fikiran dan perilaku yang kurang tepat. Seringkali penderita myastenia gravis merasa takut, cemas, gelisah, tidak berdaya dan cenderung pasrah dengan keadaan. Selain itu gangguan yang sering muncul yaitu sulit berkonsentrasi, gemetaran dan sulit dalam mendapatkan ketenangan. Seorang subjek dengan penyakit myastenia gravis menjelaskan bahwa ia merasa dirinya tidak berdaya, khawatir dan merasa takut akan masa depannya (Mida, Wawancara 2018).

Pernyataan yang disampaikan oleh subjek mengarah pada gangguan cemas umum dimana seseorang yang mengalami gangguan cemas umum akan mengalami kekhawatiran, rasa takut akan masa depan, gangguan pada sistem pencernaan, ketegangan motorik, adanya perasaan tidak berdaya serta sering mencemaskan hal-hal yang kecil hampir setiap hari (Maslim,2013). Menurut Said (2013), kecemasan adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang mungkin terjadi, baik berkaitan dengan permasalahan yang terbatas maupun hal-hal yang aneh. Emosi seperti sedih dan sakit umumnya akan hilang dengan hilangnya penyebab kemunculannya, namun tidak dengan kecemasan. Kecemasan atau *anxiety* merupakan salah satu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan rasa terancam oleh sesuatu, biasanya dengan objek ancaman yang

tidak begitu jelas. Kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi. Namun apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif, justru malah akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu kondisi fisik dan psikis individu yang bersangkutan (Resminingsih, 2010)

Menurut Singgih (2003), kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakan tingkahlaku, baik yang normal maupun tingkahlaku yang menyimpang, yang terganggu, kedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan itu sendiri. Gangguan kecemasan pada umumnya adalah suatu kondisi penyebab kegelisahan atau ketegangan yang menahun dan berlebihan, seringkali tidak dipicu oleh faktor-faktor provokatif apapun (Ramaiah, 2003). Rasa cemas dan khawatir yang muncul hampir setiap hari ini seringkali membuat penderita mengalami hambatan dalam beraktivitas. Seringkali penderita myastenia gravis merasa bahwa dirinya akan sulit mendapatkan pekerjaan, tidak akan mendapat pasangan hidup dan akan terus sakit serta bergantung dengan obat-obatan. Selain itu fikiran-fikiran negatif yang muncul, seringkali menjadi penghalang bagi penderita miyastenia grafis dalam beraktivitas, bergaul di lingkungan sosialnya.

Permasalahan yang muncul akibat fikiran-fikiran negatif sangat perlu dikontrol agar perilaku yang kurang tepat pada penderita myastenia gravis dapat di ubah menjadi lebih baik. Selain dampak yang terjadi jika fikiran-fikiran yang tidak rasional dipertahankan maka penderita akan mengalami gangguan cemas berkepanjangan, sters dan bahkan sampai mengalami gangguan depresi. Salah satu terapi psikologis yang cukup efektif dalam penanganan kasus kecemasan umum yaitu terapi kognitif

perilaku. Terapi kognitif adalah terapi yang mempergunakan pendekatan terstruktur, afektif, diirektif dan berjangka waktu singkat, untuk menghadapi berbagai hambatan dalam kepribadian seperti ansietas atau depresi. Terapi kognitif dipergunakan untuk mengidentifikasi perbaikan gejala perilaku yang tidak sesuai dan fungsi kognisi yang terhambat, yang mendasari kognitifnya yang ada (Jones, 2011). Riza (2016) melakukan penelitian mengenai penerapan terapi perilaku kognitif (*cognitive behavioral therapy*) untuk mengurangi simtom pada subjek yang mengalami gangguan kecemasan umum. Intervensi ini menggunakan 4 teknik yaitu *self monitoring* dan *early cue detection*, metode kontrol stimulus, metode relaksasi, dan terapi kognitif. Penelitian ini di bagi menjadi 10 sesi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi perilaku kognitif (CBT) dapat memberikan perubahan positif dan dapat menurunkan simtom kecemasan.

Terapi kognitif perilakuan ini telah banyak mengalami perkembangan. Salah satunya adalah terapi kognitif-perilakuan religius. Terapi ini merupakan terapi yang menggabungkan terapi perilaku dan terapi kognitif yang mengakomodasi nilai-nilai agama. Dalam penelitian ini agama yang dimaksud adalah agama Islam. Terapi kognitif perilakuan religius yang mengakomodasi nilai Islam telah dikembangkan di Indonesia melalui penelitian Trimulyaningsih dan Subandi (2010). Terapi kognitif perilakuan religius ini mengacu pada prinsip terapi kognitif-perilakuan bagi penderita kecemasan yang diadaptasi dengan menggunakan sumber-sumber dari agama Islam dalam teknik yang digunakan. Tujuan terapi ini adalah untuk mengubah pikiran atau keyakinan klien yang maladaptif, tidak produktif, dan melemahkan, serta mengadopsi dan memperkuat proses kognitif yang lebih adaptif didasarkan pada keyakinan dan nilai-nilai agama Islam (Trimulyaningsih & Subandi, 2010).

Penelitian-penelitian terdahulu terkait terapi kognitif perilaku yang berbasis Islam juga pernah dilakukan oleh beberapa peneliti diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Deasy dkk (2011) dengan judul terapi kognitif-perilaku religius untuk menurunkan kecemasan terhadap kematian pada penderita HIV/AIDS. Memperoleh hasil bahwa intervensi terapi kognitif-perilaku religius terbukti efektif untuk menurunkan kecemasan pada penderita HIV/AIDS. Muhimmatul (2017) juga melakukan penelitian mengenai pendekatan *cognitive behavior therapy* berbasis Islam untuk mengatasi kecemasan sosial. Terapi ini berbasis konseling yang dilakukan dengan 10 sesi yang disesuaikan dengan nilai-nilai keIslaman yang diterapkan pada narapidana. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa terapi ini cukup efektif membantu seseorang narapidana yang sedang mengalami kecemasa sosial. Susanti, Siti dan Diah (2012) juga melakukan penelitian dengan judul terapi kognitif perilaku untuk mereduksi tingkat kecemasan pada pasien pasca stroke. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu terapi yang digunakan efektif untuk mereduksi tingkat kecemasan pada pasien pasca stroke.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode "*single case design*". Subjek penelitian berjumlah satu orang dengan jenis kelamin perempuan yang menderita myastenia gravis. Penelitian ini menggunakan metode pretest-posttes untuk mengetahui perubahan tingkat kecemasan pada penderita myastenia gravis sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa terapi kognitif behavior religi. Peneliti melakukan pengukuran sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan menggunakan *The Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS).

Penelitian ini mengacu pada prinsip-prinsip promosi kesehatan mental yang berbasis Islami yang tercantum dalam kitab suci Al Quran dan Hadits (Pearce, dkk, 2015). Rancangan penelitian ini merupakan rancangan yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Proses terapi dilakukan sebanyak 10 sesi dengan durasi waktu 20-40 menit selama 1 bulan. Sesi tersebut diantaranya yaitu:

1. Penjelasan masalah yang dialami subjek

   Menjelaskan intervensi yang akan dilakukan terkait waktu, proses dan tujuan. Selain itu mendiskusikan permasalahan yang dialami subjek dan menjelaskan kekurangan dan kelebihan yang dimiliki subjek.

2. Meningkatkan suasana hati dengan mengingat Allah

   Menjelaskan fungsi dan kegunaan dzikrullah untuk mengubah suasana hati, membaca dan memahami arti dari ayat yang berkaitan dengan sesuatu yang menenangkan hati serta membuat jadwal untuk melakukan sesuatu yang menyenangkan dalam satu minggu.

3. Mengidentifikasai fikiran-fikiran negatif

   Identifikasi suasana hati, fikiran dan perilaku menggunakan metode "ABC"

4. Memperkuat dan memperjelas pemahaman klien tentang kategori pemikiran-pemikiran negatif (distorsi)

   Memperkenalkan kepada klien bagaimana interpretasi seseorang dari suatu peristiwa menyebabkan perubahan suasana hati. Selain itu memperkenalkan cara alternatif untuk menolak keyakinan negatif. Menanamkan keyakinan bahwa agama membantu klien merumuskan cara yang lebih efektif dalam memandang situasi

5. Menjelaskan kerugian menarik diri dari lingkungan

   Membantu klien untuk mengidentifikasi kerugian ketika kelien menghindari masalah dan menarik diri dari lingkungan sosial
6. Mengingat dan memahami perjuangan spiritual dalam mengatasi emosi negatif akibat penyakit medis
7. Menumbuhkan rasa syukur

   Subjek diperkenalkan dengan manfaat bersyukur, membantu klien mengeksplorasi arti menjadi orang yang bersyukur dan bagaimana perasaan orang yang kehilangan rasa syukur akibat penyakit. Selain itu melakukan restrukturisasi kognitif kemudian dipraktekkan dalam kerangka syukur Menjelaskan syukur sebagai bukti kesehatan mental (QS. Ibrahim : 7)
8. Mengungkapkan rasa syukur dengan altruisme dan kedermawaan

   Motivasi subjek untuk menjadi murah hati dan melakukan tindakan altruisme serta meminta subjek untuk merencanakan dan menulisakan beberapa tindakan altruisme
9. Menceritakan pengalaman positif

   Meminta klien mengeksplorasi pengalaman yang membuat subjek mengalami perubahan positif dalam hubungan pribadi, karakter, dan kemampuan. Mencari sisi positif dari hidup subjek dan membaca kisah Islam (nabi Ayub)
10. Mengetahui harapan dan pencegahan timbulnya kecemasan

    Subjek diminta untuk menceritakan harapan-harapan dan meninjau intervensi yang telah dilakukan dan mengeksplorasi bagaimana mempertahankan keuntungan yang telah dicapai.

Hasil

Hasil dari proses intervensi ini dapat dilihat perubahannya berdasarkan pre tes dan post tes mengguanakan alat tes kecemasan (T MAS). Skor pre tes subjek 28 yang artinya subjek mengalami kecemasan berat. Setelah melakukan intervensi, subjek memperoleh skor post tes 8 yang artinya terjadi penurunan sebanyak 20 angka yang berarti subjek saat ini berada pada tahap kecemasan ringan.

Proses intervensi telah berlangsung sebanyak 10 sesi. Intervensi dilakukan dirumah subejek dan sekali dilakukan di kampus UNS dengan kondisi yang nyaman dan tenang tanpa ada gangguan orang lain. Posisi subjek dengan praktikan saling berhadapan. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, awal praktikan menjelaskan proses intervensi, subjek terlihat memperhatiakan apa yang disampaikan. Ketika praktikan menjelaskan permasalahan, kekuatan dan kelemahan yang ada pada subjek, subjek terlihat mengangguk angguk dan setuju dengan apa yang di sampaikan oleh praktikan sambil sedikit tersenyum. subjek terlihat lebih bersemangat dan mengikuti semua instruksi yang diperintahkan subjek seperti menulis tugas dan menuliskan distorsi-distorsi kognitif dengan menggunakan metode ABC.

Berdasarkan proses intervensi yang telah terlaksanakan, subjek diminta untuk menuliskan aktivitas-aktivitas yang akan dilakukan selama 1 minggu yang bisa membuat subjek merasa senang. Subjek menuliskan 7 kegiatan yang selama ingin sekali dilakukannya. Hal tersebut diantaranya yaitu membaca al qur'an, mengerjakan revisian skripsi, solat tahajud, main kerumah tetangga, mandi tanpa kursi, setelah makan mencuci sendri dan naik sepedah motor sekitar rumah. Sebelum melakukan

pertemuan di sesi selanjutnya, subjek selalu menghubungi praktikan dan mengabarkan bahwa apa yang ditulis dan menjadi tugas sudah dikerjakan. Subjek merasa senang sehingga ingin segera cepat bertemu dan mengabari kondisi subjek setiap kali habis melakukan aktivitas yang menyenangkan.

Setelah menjalani 10 sesi terapi, subjek merasa dirinya bisa lebih tenang, optimis dan merasa lebih baik. Subjek mengatakan bahwa intervensi yang diberikan sangat membantunya. Keberhasilan terapi yang dilakukan tidak terlepas dari semangat yang kuat dari diri subjek untuk berubah, adanya dukungan dari keluarga, dan skripsi yang dikerjakan sudah hampir terselesaikan. Hal ini membuat subjek selalu merasa senang dan bersyukur atas nikmat yang diberikan oleh allah SWT sehingga proses intervensi berjalan dengan lancar.

Tabel 1. *Hasil intervensi tiap sesi*

No	Sesi	Tanggapan yang disampaikan subjek
1	Sesi 1	Subjek mengetahui dan menyadari kelebihan dan kekurangan serta mengetahui masalah psikologis yang dialami
2	Sesi 2	Tugas yang diberikan sangat membantu subjek untuk melakukan aktivitas yang bisa membuatnya bahagia dan semangt dan optimis untuk menjalani kehidupannya. Selain itu menyadari bahwa dengan mengingat Allah lah hati menjadi tenang
3	Sesi 3	Subjek menyadari banyak fikiran-fikiran negatif yang ada pada dirinya dan masih sulit untuk dihilangkan. Menyadari bahwa masalah jodoh, rejeki dan mati sudah diatur oleh Allah SWT.
4	Sesi 4	Mengetahui cara untuk menolak fikiran-fikiran negatif dan mendapat pengetahuan baru dari sesi ini
5	Sesi 5	Menyadari bahwa menarik diri dari lingkungan itu bukanlah hal yang baik karena nantinya subjek akan tinggal di lingkungan itu dan harus berbaur dengan masyarakat disekitarnya

No	Sesi	Tanggapan yang disampaikan subjek
6	Sesi 6	Ajaran-ajaran agama Islam sangat membantu subjek dalam menangani permasalahannya
7	Sesi 7	Lebih bisa menerima keadaan diri saat ini dan mensyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah SWT walaupun dalam bentuk penyakit.
8	Sesi 8	Subjek mengatakan bahwasannya dengan menolong bisa membuat hati lebih senang dan merasa diri bisa lebih berguna. Subek akan mencoba menerapkannya
9	Sesi 9	Merasa bersyukur dengan nikmat yang diberi oleh allah SWT, mencoba bersabar dan menerima keadaan saat ini
10	Sesi 10	Subjek merasa sangat terbantu dengan intervensi yang diberikan. Disetiap sesi subjek merasa selalu ada perubahan dalam dirinya. Subjek juga merasa mendapatkan ilmu.

Pembahasan

Berdasarkan proses *cognitive behavior religious therapy* (CBRT), diperoleh hasil bahwa terapi CBRT terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan umum pada penderita myastenia gravis. Hal ini terlihat dari hasil kuantitatif dimana skor awal sebelum intervensi, subjek memperoleh skor TMAS 28 artinya subjek masuk dalam kategori cemas berat. Setelah menjalankan proses terapi kognitif behavior religi, diperoleh skor yang cukup signifikan secara penurunannya dimana subjek memperoleh skor TMAS 8 artinya subjek dalam kondisi cemas ringan.

Berdasarkan *scraning* awal menggunakan skala TMAS sebelum dilakukannya intervensi, diperoleh hasil bahwa subjek masuk dalam kategori cemas berat. Hal itu didukung oleh hasil observasi, wawancara dan psikotes. Berdasarkan observasi, subjek terlihat lesu, kurang menampakkan keceriaan dan terlihat gelisah ketika bertemu dengan peneliti. Setelah dilakukan proses

wawancara, diperoleh informasi bahwa subjek mengalami rasa takut, cemas dan khawatir terkait kehidupannya. Subjek merasa penyakit yang diderita saat ini membuatnya tidak bisa melakukan apa-apa lagi. Subjek merasa mudah gelisah dan gemetaran ketika membayangkan masa depannya. Subjek merasa diri tidak berguna dan seringkali berfikiran negatif terhadap diri sendiri dan orang lain. Subjek sangat mengkhawatirkan akan jodoh dan karirnya. Subjek beranggapan bahwa tidak akan ada laki-laki yang mau menerima kondisi subjek saat ini dan akan sulit mendapatkan pekerjaan.

Fikiran-fikiran negatif subjek seringkali mempengaruhi perilakunya, dimana ia sering melakukan tidakan yang kurang tepat seperti menjauh dari lingkungan sekitar, tidak mau membantu orangtua, dan takut ketika harus membaca al qur'an. Subjek pernah mengalami gangguan pada lidah ketika sedang membaca al qur'an. Hal tersebut membuatnya takut dan trauma untuk membaca al qur'an. Subjek berfikir bahwa jika ia membaca al qur'an maka penyakitnya akan kambuh dan lidahnya mengalami gangguan kembali. Perilaku lain yang dimunculkan yaitu tidak mau keluar rumah dan bersosialisasi dengan orang lain. Berkovec, Alcaine & Behar (dalam Knauss & Schofield, 2009) menyatakan bahwa khawatir mungkin memiliki tujuan untuk menghindari topik emosional yang mengganggu terkait dengan trauma, pengalaman negatif, atau masalah interpersonal.

Berdasarkan permasalahan yang dialami subjek, peneliti berusaha untuk memberikan bantuan berupa terapi kognitif perilaku religi. Terapi perilaku kognitif adalah sebuah istilah yang digunakan untuk menjelaskan bentuk intervensi yang bersifat psikoterapeutik dan bertujuan untuk mengurangi distress psikologi dan juga perilaku maladaptif dengan cara mengganti

proses kognitif pada diri klien (Kaplan dkk, dalam Stallard, 2002). Selain itu terapi kognitif behavior ini mencoba memasukan unsur-unsur agama Islam dalam proses merubah pola fikir maladaptif yang dimiliki subjek. Terapi dengan memasukkan unsur religiusitas ini dapat memperkuat teknik kognitif perilakuan yang dilakukan. Hal tersebut dapat dijelaskan bahwa terapi kognitif perilaku bertujuan memberikan metode terapi kepada individu melalui perubahan kogntif yang salah menuju kognitif yang positif sehingga diharapkan akan memunculkan perilaku baru yang lebih baik dari sebelumnya. Perubahan tersebut hanya bersifat sementara, sehingga diperlukan suatu penguat yang selalu dilakukan oleh individu dalam rentang waktu yang lama seperti sebuah keyakinan agama. Agama akan memuncukan tingkat religiusitas seorang individu. Jadi diasumsikan bahwa ketika religiusitas individu muncul karena menjalankan kegiatan keagamaan maka akan memunculkan pola kognitif yang positif secara bersamaan sehingga akan membentuk perilaku yang positif juga. Jadi dapat disimpulkan bahwa unsur religiusitas akan memperkuat terapi kognitif perilakuan karena akan dilakukan secara terus menerus dan berkelanjutan (Irawati, Subandi, & Kumolohadi, 2011).

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat ditarik simpulan bahwa *cognitive behavior religious therapy* (CBRT) dapat menurunkan kecemasan umum pada penderita myastenia gravis. Saran pada penelitian ini yaitu diperlukannya penyempurnaan terapi dan penambahan jumlah subjek penelitian agar dapat di kelompokkan untuk membuat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sehingga dapat terlihat dengan jelas perbedaan antar kedua kelompok penelitian tersebut. Selain itu proses dan hasil

penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu acuan terapi dalam proses penanganan kasus khususnya gangguan kecemasan umum.

Daftar Pustaka

Asriwati. (2017). *Fisika kesehatan dalam keperawatan.* Yogyakarta : CV. Budi Utama.

Bahrudin, M. (2017). *Neurologi klinis.* Malang: Universitas Muhammadiyah Malang (UMM) Press.

Muhimatul,F. (2017). Pendekatan cognitive behavior therapy berbasis islam untuk mengatasi kecemasan sosial narapidana. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam,* 62-76.

Deasy (2011). Terapi kognitif perilaku religius untuk menurunkan kecemasan terhadap kematian pada penderita HIV/AIDS. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 169-186.

Jones, R. N. (2011). *Teori dan praktik konseling dan terapi.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Kaplan, H. L., Sadock, B. J., & Grebb, J. A. (2010). *Sinopsis psikiatri ilmu pengetahuan perilaku psikologi klinis. jilid 11.* Jakarta: Erlangga.

Knauss, Christine., & Schofield, M.J. (2009). A resources for counsellors and psycotherapists working with clients suffering from anxiety. *Literature Review from Psychotherapy and Counseling Federation Australia.*

Maslim, R. (1993). *Diagnisis gangguan jiwa.* Jakarta: PT. Nuh Jaya

Ramaiah. (2003). *Kecemasan bagaimana mengatasi penyebabnya.* Jakarta: Pustaka Populer Obor.

Ramaiah, S. (2003). *All you wanted to know about anxiety.* Jakarta: Pustaka Populer Obor.

Resminingsih, E. (2010). *Bahan dasar untuk pelayanan konseling pada satuan pendidikan menengah.* Jakarta: PT. Grasindo.

Riza, W. L. (2016). Penerapan terapi perilaku kognitif (cognitive behavioral therapy) untuk mengurangi simtom pada subjek yang mengalami gangguan kecemasan umum. *Psychopedia,* 21-29.

Said, M. b. (2015). *Konseling terapi.* Jakarta : Gema Insani Press.

Singgih, G. (2003). *Psikologi perawatan.* Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia.

Susanti, P.S.S. (2012). Terapi kognitif perilaku untuk mereduksi tingkat kecemasan pada pasien pasca stroke. *Jurnal Intervensi Psikologi,* 113-137.

Trimulyaningsih, N., & Subandi, M.A. (2010). Terapi kognitif-perilakuan religius untuk menurunkan gejala depresi. *Jurnal Intervensi Psikologi, 2*(2), 205-227.

BAGIAN **EMPAT**

Psikologi Islam dalam Dimensi Organisasi dan Kemasyarakatan

Peran Kepemimpinan Profetik dan Etika Kerja Islami Terhadap Komitmen Organisasi

Bunga Soraya Apefha & Chayrina Ramida Safitri
Magister Profesi Psikologi Industri, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia
bungasorayaapefha@gmail.com, chayrinaramida@gmail.com

Pendahuluan

Kini dunia sedang memasuki era industri baru yang ditandai dengan era digitalisasi di berbagai sektor kehidupan. Pada perkembangannya, meskipun kini telah memasuki era digital, kekuatan sumber daya manusia tetap menjadi faktor yang paling penting. Modal dasar sumber daya manusia (SDM) yang harus dimiliki oleh seseorang adalah keterampilan/*skill* yaitu di antaranya adalah keterampilan dalam kepemimpinan (*leadership*), kerjasama (*teamwork*), kelincahan dan kematangan budaya (*cultural agility*), dan *enterpreneurship* (jiwa kewirausahaan), termasuk juga *sociopreneurship* (Haryono, 2018).

Hasil penelitian dari Gallup menemukan bahwa lebih dari 80% pekerja di Inggris tidak sepenuhnya berkomitmen

terhadap pekerjaannya, dan seperempat dari mereka merasakan ketidakpuasan dan tidak memiliki keterikatan secara aktif serta tidak sepenuhnya menaruh minat dalam pekerjaan mereka (Smith & Markwick, 2009). Selain itu, menurut survei yang dilakukan oleh laman pencari kerja *Jobstreet*, sebesar 66% karyawan masa kini gemar berpindah kerja kurang dari dua tahun.

Pemaparan hasil riset tersebut menunjukkan pentingnya menjaga komitmen karyawan pada organisasi dan salah satu cara untuk meningkatkannya yaitu dengan mempelajari perilaku tenaga kerja. Hal tersebut bertujuan untuk mengenal karyawan dengan segala kemampuan yang ia miliki terutama karyawan yang potensial untuk dapat dipertahankan oleh perusahaan karena menemukan seorang tenaga kerja yang potensial merupakan suatu hal yang sulit. Salah satu strategi perusahaan untuk mempertahankan karyawannya adalah dengan terus meningkatkan komitmen karyawan terhadap organisasi.

Menurut Meyer dan Allen (2000) komitmen organisasi adalah keyakinan yang kuat dan penerimaan nilai-nilai serta tujuan yang ada dalam suatu organisasi, dengan melibatkan diri dan kesetiaan untuk terus berada di organisasi. Salah satu cara untuk meningkatkan komitmen karyawan terhadap organisasi adalah dengan memberlakukan etika-etika kerja yang baik yang tentunya sudah disepakati bersama oleh pemimpin dengan pengikutnya. Kesuksesan sebuah perusahaan tidak hanya dilihat dari produktivitasnya saja, melainkan juga dari etika yang dimiliki oleh organisasi tersebut. Meskipun suatu organisasi memiliki produk berkualitas tetapi apabila tidak sesuai dengan etika yang berlaku, maka tidak akan menjamin organisasi tersebut akan maju dan berkembang. Etika merupakan sekumpulan nilai-nilai yang mengatur seseorang untuk berperilaku sesuai dengan konteks

dimana orang tersebut berada. Akan tetapi, dunia modern pada saat ini dengan berbagai macam problematika yang ada membutuhkan suatu gagasan tentang etika yang paling tepat untuk menciptakan komitmen tenaga kerja terhadap perusahaan, maka berdasarkan hal tersebut Ali (1988) mengemukakan suatu gagasan tentang etika dengan memasukkan unsur-unsur keIslaman yang disebut dengan etika kerja Islam.

Islam mengatur dan membimbing penganutnya di setiap aspek kehidupan, termasuk pada etika. Etika berisi nilai dan norma moral yang menentukan dan terwujud dalam sikap dan pola perilaku hidup manusia, baik secara pribadi maupun kelompok (Salam, 1997). Etika merupakan salah satu faktor utama untuk terciptanya kondisi kehidupan manusia yang lebih baik dan dapat menjadi pedoman dan arahan bagi manusia dalam berperilaku. Etika kerja Islami didasarkan pada Al-Qur'an dan Hadits, sehingga tindakan yang dinilai etika Islam adalah berdasarkan akal pikiran yang sesuai dengan ajaran Syari'at Islam.

Menurut Yousef (2001) etika Islami memandang dedikasi untuk bekerja ~~adalah~~ suatu kebajikan, oleh karena itu setiap orang harus mampu bertanggungjawab dan bekerja sama dalam mengatasi rintangan dan menghindari kesalahan secara bersama-sama. Dalam bekerja, etika digunakan sebagai acuan yang mengarahkan bagaimana individu bekerja dengan baik dan benar. Aspek etika Islam merupakan hal mendasar yang harus selalu diperhatikan, seperti bekerja dengan baik, didasari iman dan takwa, sikap baik budi, jujur dan amanah, kuat, tidak menipu, tidak mengabaikan sesuatu, proporsional, ahli dan profesional, serta tidak bertentangan dengan hukum Allah atau syari'at Islam (Al-Qur'an dan Hadits).

Etika yang berdasarkan pada nilai-nilai Islam dapat meningkatkan komitmen organisasi pada tenaga kerja perusahaan. Penelitian dari Aji (2003) menyatakan bahwa etika kerja Islam berpengaruh positif terhadap komitmen organisasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lailatirrohmah (2014) yang menyatakan bahwa etika kerja Islam memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen organisasional. Pendapat yang serupa datang dari penelitian oleh Sulistyowati (2014) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara etika kerja Islam dengan komitmen organisasi.

Dalam sebuah organisasi atau perusahaan, tidak hanya karyawan yang memegang peranan penting tetapi juga peranan seorang pemimpin menjadi faktor yang utama. Pemimpin bertugas sebagai penggerak dan pengelola organisasi dan anggotanya. Pemimpin yang mampu memberi arahan dan motivasi kepada karyawan dengan baik, akan memunculkan sikap komitmen pada diri karyawan. Dalam penelitiannya, Jessica (2017) menyatakan bahwa gaya kepemimpinan berpengaruh positif terhadap komitmen organisasi. Semakin baik gaya kepemimpinan dari seorang pemimpin maka mampu meningkatkan komitmen yang dimiliki oleh anggota atau pengikutnya.

Kepemimpinan yang berlandaskan nilai-nilai Islami mampu meningkatkan komitmen pada karyawan. Kepemimpinan yang berlandaskan nilai-nilai Islami mampu meningkatkan komitmen organisasi pada karyawan. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayuningsih (2016) menunjukkan bahwa kepemimpinan profetik memiliki kontribusi positif terhadap komitmen organisasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elsintania dan Archianti (2016) kepemimpinan kenabian memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap komitmen

organisasi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa kepemimpinan profetik mampu menawarkan solusi dalam membangun komitmen karyawan terhadap organisasi.

Kepemimpinan profetik merupakan kemampuan dari seorang pemimpin untuk mengendalikan diri dan mempengaruhi orang lain dalam rangka mencapai tujuan bersama dengan meneladani kehidupan para nabi khususnya kepemimpinan Nabi Muhammad SAW. Kepemimpinan profetik memiliki empat aspek yakni *Sidiq* (jujur dan mengutamakan kebenaran nurani), *Amanah* (bertanggungjawab dan terpercaya), *Tabligh* (berkomunikasi efektif dan empati), dan *Fathonah* (cerdas karena taqwa) (Budiharto & Himam, 2006).

Pemimpin yang mengamalkan nilai-nilai kepemimpinan Rasulullah SAW dalam organisasi atau perusahaan, bertindak sebagai panutan yang nantinya diteladani oleh pengikutnya dan mengembangkan karakter Islami yang akan tercermin dalam perilaku Islami yaitu dalam membangun etika kerja yang berlandaskan pada nilai-nilai Islami.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana keterkaitan antara kepemimpinan profetik, etika kerja Islami, dan komitmen karyawan terhadap organisasi pada instansi/perusahaan yang bercorak Islam. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara kepemimpinan profetik, etika kerja Islami dengan komitmen organisasi.

Metode

Subjek dalam penelitian ini adalah karyawan di perusahaan yang berbasis nilai Islam atau memiliki corak keislaman. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *Cluster Sampling*

dengan alasan hanya menggunakan karyawan-karyawan dari perusahaan yang dapat dijangkau oleh peneliti. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 62 orang. Hal ini berdasarkan jumlah subjek yang mampu dijangkau selama jangka waktu penelitian.

Metode pengumpulan data atau instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala model Likert. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Kepemimpinan Profetik, Skala Etika Kerja Islami dan Skala Komitmen Organisasi. Skala Kepemimpinan Profetik menggunakan kuesioner yang berjumlah 40 aitem, disusun berdasarkan aspek-aspek sidiq, amanah, tabligh, dan fathonah dari kepemimpinan profetik yang dikemukakan oleh Budiharto & Himam (2006). Kuesioner ini menggunakan enam alternatif jawaban yaitu tidak pernah (TP), hampir tidak pernah (HTP), jarang (JR), kadang-kadang (KD), sering (SR), dan selalu (SL). Berdasarkan hasil analisis statistik pada program SPSS 24.00 for windows, uji koefisen reliabilitas yang digunakan adalah *Cronbach Alpha* diperoleh nilai α = 0,970 dan diketahui bahwa skala kepemimpinan profetik menunjukkan koefisien korelasi aitem total yang bergerak antara 0,540 sampai dengan 0,875. Kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem-aitem yang menggunakan batasan r ≥ 0,30. Semua aitem yang koefisien korelasinya mencapai lebih dari atau sama dengan 0,30 layak digunakan sebagai aitem dalam penelitian. Aitem yang memiliki koefisien korelasi kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan memiliki daya diskriminasi rendah (Azwar, 2012). Pada skala kepemimpinan profetik ini, aitem yang memiliki korelasi aitem total kurang dari 0,30 ada 18 aitem, yaitu aitem nomor 1, 2, 3, 4, 5, 7, 10, 17, 18, 19, 20, 28, 29, 30, 37, 38, 39, dan 40. Aitem yang tersisa berjumlah 22.

Skala etika kerja Islami menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan aspek-aspek etika kerja Islami yang dikemukakan oleh Ali & Owaihan (2008). Kuesioner ini berjumlah 42 aitem yang disusun berdasarkan empat aspek dari etika kerja Islami yaitu usaha (*effort*), persaingan (*competitive*), keterbukaan (*transparancy*) dan moralitas (*morality*). Kuesioner ini menggunakan lima alternatif jawaban yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral (N), setuju (S) dan sangat setuju (SS). Berdasarkan hasil analisis statistik pada program SPSS 24.00 for windows, uji koefisen reliabilitas yang digunakan adalah *Cronbach Alpha* diperoleh nilai $\alpha = 0,923$ dan diketahui bahwa skala etika kerja Islami menunjukkan koefisien korelasi aitem total yang bergerak antara 0,308 sampai dengan 0,658. Kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem-aitem yang menggunakan batasan $r \geq 0,30$. Semua aitem yang koefisien korelasinya mencapai lebih dari atau sama dengan 0,30 layak digunakan sebagai aitem dalam penelitian. Aitem yang memiliki koefisien korelasi kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan memiliki daya diskriminasi rendah (Azwar, 2012). Pada skala etika kerja Islami ini, aitem yang memiliki korelasi aitem total kurang dari 0,30 ada 9 aitem, yaitu aitem nomor 2, 4, 7, 8, 9, 20, 24, 35, dan 37. Aitem yang tersisa berjumlah 33.

Kemudian penelitian ini juga menggunakan skala komitmen organisasi menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan aspek komitmen organisasi yang dikemukakan oleh Meyer & Allen (2000). Kuesioner ini berjumlah 24 aitem dan disusun berdasarkan tiga aspek dari komitmen organisasi yaitu komitmen afektif, komitmen berkelanjutan dan komitmen normatif. Kuesioner ini menggunakan lima alternatif jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Berdasarkan hasil analisis statistik

pada program SPSS 24.00 for windows, uji koefisen reliabilitas yang digunakan adalah *Cronbach Alpha* diperoleh nilai α = 0,932 dan diketahui bahwa skala komitmen organisasi menunjukkan koefisien korelasi aitem total yang bergerak antara 0,370 sampai dengan 0,808. Kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem-aitem yang menggunakan batasan r ≥ 0,30. Semua aitem yang koefisien korelasinya mencapai lebih dari atau sama dengan 0,30 layak digunakan sebagai aitem dalam penelitian. Aitem yang memiliki koefisien korelasi kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan memiliki daya diskriminasi rendah (Azwar, 2012). Pada skala komitmen organisasi ini, aitem yang memiliki korelasi aitem total kurang dari 0,30 ada 1 aitem, yaitu aitem nomor 17. Aitem yang tersisa berjumlah 23.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan model analisis regresi berganda untuk mengetahui hubungan antara kepemimpinan profetik, etika kerja Islami dengan komitmen karyawan terhadap organisasi, serta untuk mengetahui sumbangan efektif kepemimpinan profetik dan etika kerja Islami terhadap komitmen karyawan terhadap organisasi.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, peneliti melakukan uji normalitas pada ketiga variabel diketahui bahwa, etika kerja Islami jika dilihat dari nilai Kolmogorov-Smirnov memiliki nilai signifikansi 0.200 ($p>0.05$) begitu juga jika dilihat dari nilai Shapiro-Wilk memiliki nilai signifikansi 0.687 ($p>0.05$) yang berarti data terdistribusi dengan normal. Untuk variabel profetik, berdasarkan nilai Kolmogorov-Smirnov memiliki nilai signifikansi 0.075 ($p>0.05$) yang berarti data terdistibusi dengan normal, akan tetapi tidak sejalan dengan nilai yang didapatkan

di Shapiro-Wilk yaitu 0.007 (p>0.05) yang berarti tidak menunjukkan data terdistribusi dengan normal. Untuk variabel komitmen, jika dilihat dari nilai Kolmogorov-Smirnov memiliki nilai signifikansi 0.023 (p>0.05) yang berarti tidak menunjukkan data terdistribusi dengan normal, akan tetapi jika dilihat dari nilai Shapiro-Wilk memiliki nilai signifikansi 0.341 (p>0.05) yang berarti data terdistribusi dengan normal.

Maka dapat disimpulkan hasil uji normalitas ketiga variabel berdistribusi normal. Peneliti juga melakukan uji multikolinearitas sebagai salah satu uji asumsi dalam analisis regresi linier berganda.

Tabel 1. *Uji normalitas*

Kolmogorov-Smirnov[a]			**Shapiro-Wilk**		
Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
.069	62	.200*	.986	62	.687
.107	62	.075	.944	62	.007
.122	62	.023	.978	62	.341

Untuk kepemimpinan profetik, ditemukan 4 responden yang dianggap outlier dalam penelitian, yang diberi label responden ke 1, 4, 10 dan 28, sehingga peneliti sepakat untuk membuang outlier tersebut agar data menjadi lebih baik untuk digunakan dalam pengujian hipotesis. Outlier tersebut baru benar-benar hilang (atau dapat dikatakan bersih dari outlier) setelah melakukan 3 kali analisis ulang.

Coefficients			
Model Tolerance		Collinearity Statistics	
		VIF	
1	(Constant)		
	PROFETIK	.979	1.022
	ETIKA	.979	1.022
a. Dependent Variable: KOMITMEN			

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai *tolerance* kepemimpinan profetik dan etika kerja Islami sebsar 0,979 dengan kaidahnya harus > 0,1. Selain itu, kepemimpinan profetik dan etika kerja Islami memiliki nilai VIF sebesar 1,022 yang kaidahnya harus < 10, sehingga ini artinya adalah tidak terjadi multikoliniearitas antara kepemimpinan profetik dan etika kerja Islami.

Tabel 3. Uji hipotesis

ANOVA[a]						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4361.786	2	2180.893	13.877	.000[b]
	Residual	9272.552	59	157.162		
	Total	13634.339	61			
a. Dependent Variable: KOMITMEN						
b. Predictors: (Constant), ETIKA, PROFETIK						

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa kepemimpinan profetik dan etika kerja Islami terhadap komitmen organisasi memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 (p<0,05) yang artinya terdapat hubungan antara kepemimpinan profetik dan etika kerja Islami terhadap komitmen organisasi pada karyawan.

Artinya hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima atau terbukti.

Selanjutnya peneliti melakukan analisis linier regresi berganda yang dapat di lihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4. *Sumbangan efektif*

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.566[a]	.320	.297	12.536

a. Predictors: (Constant), ETIKA, PROFETIK

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa besarnya pengaruh dari kepemimpinan profetik dan etika kerja Islami terhadap komitmen organisasi dapat dilihat melalui nilai R Square. Diketahui R Square = 0,320 sehingga didapatkan bahwa pengaruh kedua variabel bebas terhadap komitmen organisasi sebesar 32% sedangkan 68% lagi dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Hasil uji regresi linier berganda juga menunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar 0,009 atau (p<0,05) pada pengaruh kepemimpinan profetik dengan komitmen organisasi. Hasil analisis juga menunjukkan nilai R Square sebesar 0,109 yang berarti kepemimpinan profetik memberikan sumbangan efektif sebesar 10,9% terhadap komitmen organisasi. Berdasarkan hasil analisis juga diperoleh hasil bahwa variabel etika kerja Islam memiliki pengaruh terhadap komitmen organisasi, hal ini ditandai dengan nilai signifikansinya sebesar 0,000 (p<0,05). selain itu diketahui nilai R Square sebesar 0,252 yang artinya etika kerja Islami memberikan sumbangan efektif terhadap komitmen organisasi sebesar 25,2%.

Berdasarkan hasil diatas maka dapat diketahui bahwa kepemimpinan profetik dan etika kerja Islam berpengaruh

signifikan terhadap komitmen organisasi dengan nilai signifikansi atau p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan oleh Elsintania (2016) yaitu apabila seorang pemimpin muslim yang mengamalkan sikap-sikap kepemimpinan dengan meneladani Nabi Muhammad SAW, maka pemimpin tersebut akan membentuk etos kerja yang bersumber dari nilai-nilai keislaman (etos kerja Islami). Karyawan yang memiliki etos kerja Islami dalam pekerjaannya mampu meningkatkan komitmen organisasi mereka. Hal itu didukung dalam penelitian ini yang menunjukkan bahwa etos kerja Islami memberikan pengaruh positif atau sumbangan efektif pada komitmen organisasi sebesar 25,2%. Dalam penjelasan Subiyanto dan Machbub (2016), pengaruh positif yang ditimbulkan selain meningkatkan komitmen karyawan, etika kerja Islami juga berdampak positif pada prestasi kerja. Kesuksesan seseorang dalam bekerja diantaranya ditentukan oleh etika kerja yang tinggi dan berasal dari dalam diri. Dengan memahami dan memperhatikan ajaran-ajaran agama dalam bekerja, akan menumbuhkan etika kerja dalam diri individu. Sehingga akan mendorong kesuksesan atau prestasi dalam pekerjaannya.

Hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kepemimpinan profetik memberikan sumbangan efektif sebesar 10,9% terhadap komitmen organisasi. Hal tersebut selaras dengan apa yang dikemukakan oleh Lubis (2017) yaitu ketika seorang pemimpin dalam perusahaan memiliki sifat-sifat yang meneladani Nabi Muhammad SAW yaitu kepemimpinan profetik, maka karyawan akan merasakan kenyamanan dan kepuasan terhadap pekerjaannya. Jika hal ini dialami dan dirasakan oleh karyawan maka karyawan akan memutuskan untuk berkomitmen terhadap perusahaan dan akan bekerja dengan senang hati dan memberikan kinerja yang optimal bagi perusahaan.

Kepemimpinan dalam Islam dilandasi oleh kepercayaan, serta menekankan pada keikhlasan, integritas dan kepedulian. Kepemimpinan dalam Islam berdasar kepada keyakinan dan keinginan untuk berserah diri kepada Allah. Manusia diberi amanah oleh Allah untuk menjadi khalifah di muka bumi sebagai pemimpin yang mengelola dunia (Nashori, 2009). Allah menegaskan fungsi manusia yaitu sebagai khalifah di bumi sesuai dengan firman Allah SWT: *"Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para Malaikat: "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi". Mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui".* (Q. S. Al-Baqarah: 30)

Oleh karena itu, seperti yang dijelaskan dalam Rahayuningsih (2016) bahwa kepemimpinan profetik mampu menawarkan alternatif solusi untuk meningkatkan komitmen karyawan. Internalisasi nilai-nilai agama dalam hal ini Islam ke dalam diri karyawan itu bisa melalui peranan pemimpin, sehingga budaya organisasi yang sesuai dengan nilai-nilai keislaman seperti etika kerja Islami yang sesuai dengan visi organisasi pun dapat terbentuk.

Kesimpulan dan Saran

Kepemimpinan profetik dan etika kerja Islami secara bersama-sama memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen organisasi dengan memberikan sumbangan efektif sebesar 32%. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi nilai-nilai kepemimpinan profetik yang dimiliki oleh seorang

pemimpin yang juga mengembangkan etika kerja Islami maka semakin tinggi pula komitmen organisasi pada karyawan.

Saran bagi penelitian selanjutnya yaitu diharapkan untuk menambah jumlah responden sehingga data yang diperoleh bisa lebih beragam dan akurasi lebih tinggi.

Selain itu, saran bagi instansi yang berbasis syariah bisa mulai menerapkan konsep kepemimpinan profetik ini yang juga diiringi dengan pengembangan etika kerja Islami agar bisa mendukung kinerja, produktivitas, dan komitmen kerja karyawan dalam organisasi.

Daftar Pustaka

Adz-Dzakiey, M.H.B., Budiharto, S., Zulaifah, E., Kurniawan, I.N., & Riyono, B. (2004). Prophetic intelligence: construct development and empirical test for its role in the perception of unethical conduct among Indonesian Government employees. *Paper Presented at International Conference on Muslims and Islam in the 21st Century: Image and Reality.* Petaling Jaya: The Department of Psychology International Islamic University Malaysia and The International Institute of Muslim Unity Kuala Lumpur.

Ahmad, S. & Owoyemi, M. Y. (2012). The concept of Islamic work ethic: An analysis of some salient points in the prophetic tradition. *Journal Of Business And Social Science, 3* (20).

Ali, A. J. & Owaihan, A. (2008). Islamic work ethic: A critical review. *Cross Cultural Management: An International Journal, 15*(1), 4-19.

Aji, G. (2003). *Pengaruh etika kerja islam terhadap komitmen organisasi dengan komitmen profesi sebagai variabel intervening (studi empiris terhadap internal auditor bank di jawa tengah).* Tesis tidak dipublikasikan. Program Studi Magister Sains Akuntansi, Program Pasca Sarjana Universitas Diponegoro, Semarang.

Beekun, RI. & Badawi, J.A. (2005). balancing ethical responsibility among multiple organizational stakeholders: The Islamic perspective. *Journal of Business Ethics,* 60, 131–145.

Budiharto, S. & Himam, F. (2006). Konstruk teoritis dan pengukuran kepemimpinan profetik. *Jurnal Psikologi, 33*(2), 133-146.

Elsintania, F. & Archianti, P. (2016). Pengaruh kepemimpinan kenabian dan etos kerja Islam terhadap komitmen organisasi. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non Empiris, 2*(1), 41-55.

Gallup, Inc. 2016. How millenials want to work and live. *Survey Report. https://www.gallup.com/workplace/238073/millennials-work-live.aspx*

Hadi, S. (2012). Kepemimpinan spiritual solusi mengatasi krisis kepemimpinan pendidikan Islam. *Lisan al-Hal: Jurnal Pengembangan Pemikiran dan Kebudayaan, 4*(1), 25-50.

Haryono, S. (2018). *Re-Orientasi pengembangan SDM era digital pada revolusi industri 4.0.* Manuskrip tidak dipublikasikan. The National Conference Management and Business. Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta dan Direktorat Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Jamil, A. (2007). *pengaruh etika kerja islam terhadap sikap-sikap pada perubahan organisasi: Komitmen organisasi sebagai mediator.* Tesis (tidak dipublikasikan). Magister Akuntansi Universitas Diponegoro, Semarang.

Jessica, A. (2017). Hubungan gaya kepemimpinan dengan komitmen organisasi kemahasiswaan anggota pengurus BEM KM Universitas Mulawarman. *Psikoborneo, 5*(1), 194-205.

Kuntowijoyo. (1991). *Paradigma Islam: Interpretasi untuk aksi.* Editor: A.E. Priyono. Bandung: Mizan

Kuntowijoyo. (2009). *Paradigma Islam: Interpretasi untuk aksi.* Bandung: Mizan.

Lailatirrohmah, N. (2014). *Analisis pengaruh etika kerja islam terhadap kepuasan kerja, komitmen organisasional dan organizational citizenship behavior (studi pada koperasi jasa keuangan syariah BMT Hudatama Semarang).* Skripsi (tidak dipublikasikan). Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Diponegoro, Semarang.

Lubis, R.S. (2017). *Hubungan antara kepemimpinan profetik dengan komitmen organisasi karyawan di MTS Kota Tanjung Balai.* Skripsi (tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi, Universitas Medan Are, Medan.

Meyer, I. P., & Allen J. (2000). The measurement and antecedents of affective, continuance, and normative commitment to the organization. *Journal of Occupational psychology*, 91(18), 7-8.

Nashori, F. (2009). *Psikologi kepemimpinan.* Yogyakarta: Pustaka Fahima.

Rahayuningsih, T. 2016. Kepemimpinan Profetik, budaya organisasi, dan komitmen organisasi karyawan Universitas Abdurrab. *Jurnal Psikologi, 12*(2).

Salam, B. (1997). *Etika sosial (asas moral dalam kehidupan manusia).* Jakarta: PT Rineka Cipta.

Smith, G.R., Markwick, C. (2009). *Employee engagement: A review of current thinking.* Brighton : Institute for Employment Studies.

Subiyanto,. Machbub, A. 2016. Pengaruh etika kerja islam terhadap prestasi kerja melalui komitmen organisasi pada Pondok Pesantren Hidayatullah Pati. *Equilibrium, 4*(2), 353-367.

Sulistyowati, E. (2014). *Analisis pengaruh etika kerja islam dan kepuasan kerja karyawan terhadap komitmen organisasi (studi kasus pada Baitul Maal Wa Tamwill Taruna Sejahtera).* (Skripsi tidak dipublikasikan). Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri, Salatiga.

Yousef, D. A. (2001). Islamic work ethic-a moderator between organizational

commitment and job satisfaction in a cross-cultural context. *Personnel Review, 30*(2), 152-169.

Keadilan Distributif Pemerintah dalam Kajian Psikologi Sosial Islam

Sarah Afifah
UIN Raden Fatah, Psikologi Islam, Palembang
sarahafifah_uin@radenfatah.ac.id

Pendahuluan

Fenomena unjuk rasa atau aksi protes oleh masyarakat bahkan yang berujung pada korban jiwa menunjukkan bahwa usaha-usaha untuk mendapatkan keadilan terus dilakukan. Adanya unjuk rasa oleh masayarakat merupakan tindakan kolektif atas dasar persamaan nasib, minat, bahkan persamaan ketidakadilan yang dirasakan masyarakat terhadap pemerintah. Sekelompok masyarakat yang melakukan unjuk rasa dalam mencari keadilan seharusnya berangkat dari pengetahuan tentang makna dari keadilan yang mereka cari dan upayakan tersebut, agar aksi tersebut tidak berlandasarkan emosional sesaat dan ditunggangi oleh oknum-oknum yang tidak bertanggung jawab.

Konsep mengenai keadilan telah dirumuskan oleh para ilmuan sejak dahulu, khususnya ilmuan-ilmuan sosial. Formulasi

mengenai keadilan dipionir oleh Aristoteles mengenai konsep keadilan universal yang bersifat menyeluruh hingga partikular. Dibidang psikologi sosial dimulai oleh Homans (1961) mengenai keadilan distributif yaitu keadilan berdasarkan jasa yang diberikan individu. Penilaian terhadap keadilan distributif berdasarkan hasil penelitian melibatkan aspek kognitif dimana individu memberikan penilaian berdasarkan proses berpikir heurtistik dan sistematis (Ancok & Fatuochman, 2001).

Dalam ajaran agama Islam pun keadilan menjadi hal yg sering dan penting untuk dikaji, dimana keadilan menjadi hal yang fundamental untuk selalu dicari. Konsep mengenai keadilan khususnya keadilan distributif dalam Islam telah ada di dalam Al-Qur'an dan coba ditafsirkan sejak dulu. Masih sedikitnya literatur yang berusaha mengintegrasikan konsep keadilan dari perspektif keilmuan psikologi sosial dan Islam membuat penulis tertarik untuk mengintegrasikan kedua perspektif ini secara komprehensif. Agar dapat dijumpai tafsiran mengenai keadilan yang lebih menyeluruh dan dapat menilai keadilan distributif terhadap pemerintah lebih arif dan bijak.

Makna Keadilan Distributif dalam Psikologi Sosial

Keadilan menurut Faturochman (1999) adalah suatu keadaan ketika norma-norma tentang hak dan kelayakan terpenuhi. Sedangkan menurut Corespanzono & Greenberg (1997) keadilan adalah hasil dari konstruksi sosial, suatu tindakan dikatakan adil jika mayoritas individu mempersepsikan seperti itu. Lind & Tyler (1994) menekankan pada konsep moralitas dan pada sisi lain keadilan telah dirumuskan dalam aturan baku dan dilaksanakan secara ketat.

Keadilan sendiri menurut Aristoteles idealnya adalah ketika semua unsur masyarakat mendapat bagian yang sama dari semua yang ada di alam, manusia dipandang sejajar dan mempunyai hak kepemilikan yang sama akan sesuatu (Englard, 2009). Menurut Aristoteles ada dua bentuk keadilan yakni yang bersifat partikular dan universal. Keadilan yang bersifat partikular dibedakan oleh Aristoteles menjadi keadilan distributif dan keadilan korektif. Keadilan distributif berdasarkan jasa yang diberikan sedangkan korektif berdasarkan persamaan hak tanpa melihat besarnya jasa (Englard, 2009).

Dalam psikologi dikenal dengan keadilan distributif, keadilan prosedural dan instruksional. Masyarakat menilai keadilan pemerintahan yang dijalankan berdasarkan *outcome* yang diberikan pemerintah yakni berupa sumberdaya, akses, pelayanan dan lain-lain. Jika *outcome* yang diberikan dirasa tidak cukup memuaskan maka dapat memunculkan rasa ketidakadilan. Keadilan yang dinilai berdasarkan dan dirasakan berdasarkan *outcome* yang diterima disebut juga dengan keadilan distributif (Faturochman, 1999).

Dua substansi utama dalam keadilan distributif adalah adanya pihak pembagi dan penerima. Pembagi dalam adalah hal ini adalah pemerintah sedangkan penerima adalah masyarakat. Masyarakat sebagai pihak penerima menilai keadilan yang diberikan oleh pembagi yakni pemerintah, apakah *outcome* sudah sesuai atau tidak, apakah hak-hak rakyat yang tercantum dalam UUD 1945 seperti mendapatkan penghidupan yang layak, layanan kesehatan, pendidikan dapat dirasakan atau tidak.

Upaya pemenuhan keadilan distributif memiliki tiga prinsip yang biasa diterapkan yakni (Adams, 1965):

1. Prinsip *equity* yakni bagian yang diterima seseorang harus sebanding dengan sumbangan yang diberikan dan kesebandingan bagian yang diterima seseorang harus dilihat dengan bagian yang diterima orang lain.
2. Prinsip kedua adalah kesetaraan atau ekualitas dimana akan terdapat variasi penerimaan yang kecil. Tidak ada perbedaan yang besar antara pihak yang lebih berkontributif dan yang tidak.
3. Prinsip ketiga mempertimbangkan kebutuhan, dimana seseorang akan mendapatkan bagian sesuai dengan kebutuhannya.

Ketiga prinsip ini tidaklah sempurna memiliki kekurangan dan keterbatasan. Agar keadilan dapat dirasakan, haruslah dengan bijak pemerintah dalam mempertimbangkan menggunakan prinsip-prinsip ini untuk membuat suatu aturan yang bersifat memperjuangkan kepentingan rakyat.

Penilaian Keadilan Distributif Terhadap Pemerintah

Menurut Tyler (2000) seseorang dalam membuat penilaian yang adil dan tidak adil, menggunakan kriteria yang mencerminkan evaluasi atas aksi sosial. Kriteria untuk menilai berdasarkan hasil yang didapatkan atau *outcome* adalah kriteria yang dipakai dalam menilai keadilan distributif.

Penilaian mengenai keadilan distributif pemerintah berkaitan dengan kepuasan masyarakat terhadap pemerintah. Keadilan seorang pemimpin sangat berpengaruh terhadap kehidupan rakyatnya. Bentuk-bentuk protes dan unjuk rasa merupakan tanda bahwa masyarakat masih merasakan ketidakpuasan akan hasil kinerja yang dilakukan oleh pemerintah.

Penilaian Keadilan yang dilakukan masyarakat pada pemerintah selama ini berfokus pada hasil yang mereka dapatkan dari pemerintah. Misalnya bentuk aksi protes mengenai harga BBM yang naik, pendidikan yang mahal, nilai tukar rupiah yang terus menurun. Penilaian yang selama ini sering dilakukan hanya berdasarkan hasil kinerja tanpa melibatkan penilaian terhadap prosedur yang dilakukan pemerintah.

Penilaian keadilan distributif secara dinamika psikologis melibatkan aspek kognitif (Ancok & Faturochman, 2001). Dalam proses berpikir individu menilai dengan jalan mencari informasi sebanyak mungkin. Apabila informasi tidak tersedia di lingkungan, penilaian ingin dilakukan dengan cepat dan hanya melihat kepada hasil yang didapatkan maka penilaian tersebut adalah bentuk penilaian berpikir heuristik. Proses berpikir heuristik dimana individu lebih suka menilai secara *shortcut* cepat namun informasi yang didapat tidak mendalam sehingga mungkin dapat menimbulkan bias dalam penilaian. Proses berpikir yang melibatkan kemampuan untuk melihat informasi secara mendalam, runtun, sistematis disebut juga dengan proses berpikir sistematis. Proses berpikir sistematis biasanya dilakukan dalam menilai keadilan prosedural dibanding distributif. Menitik beratkan pada penilaian prosesnya kemudian hasil.

Dalam memberikan penilaian tentang keadilan distributif juga tidak terlepas pada penilaian keadilan prosedural (Ancok & Faturocman, 2001). Individu sebelum menilai kepada hasil (penilaian distributif) tidak lepas dari penilaian terhadap prosedur yang dilakukan dalam mencapai hasil yang dirasakan. Dalam hal menilai keadilan prosedural pemerintahan adalah menilai kebijakan-kebijakan yang diambil pemerintah apakah pro rakyat dan berlandaskan Pancasila atau tidak. Kemudian menilai hasil

apakah sudah mewakili kepentingan rakyat diatas kepentingan golongan atau tidak.

Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi dalam menilai keadilan distributif baik secara psikologis maupun nonopsikologis yang keduanya saling berkaitan (Faturochman, 1999). Masih adanya diskriminasi membeda-bedakan antara kelompok sosial masyarakat dalam pendistribusian sumberdaya, pengaruh karakteristik individu yang menilai, harapan menjadi faktor yang banyak berkaitan dengan penilaian keadilan distributif. Harapan masyarakat yang timbul dari janji-janji pemerintah saat kontestasi politik apabila tidak terpenuhi akan menjadi *boomerang* menimbulkan rasa ketidakpuasan dan ketidakadilan. Fakto-faktor inilah yang secara subjektif memberikan pengaruh kepada penilaian keadilan.

Makna Keadilan dalam Islam

Keadilan berdasarkan asal kata berasal dari bahasa arab "adl" yang artinya bersikap dan berlaku serasi dan seimbang. Seimbang meliputi keseimbangan antara hak dan kewajiban dan keserasian dengan sesama makhluk. Di dalam Al- Qur'an sendiri banyak disebutkan mengenai keadilan. Beberapa istilah dalam Al-Qur'an yang dipakai sebagai sinonim dari kata adl' adalah *qisth, istiqomah, wasath, nasb, hissa,* dan *mizan.*

Di dalam Al-Qur'an menurut Quraish Shihab (1998) setidaknya menggunakan tiga konsep untuk menyebut keadilan yakni *al-'adl, al- qisth* dan *al mizan. Al-'adl* dapat diartikan dengan persamaan antar dua pihak atau lebih. *Al qisth* berarti bagian yang wajar dan patut tidak harus adanya persamaan, *Al- mizan* berarti timbangan, keseimbangan atau keadilan. Dari terma tersebut

maka makna keadilan dalam Islam disimpulkan menjadi empat yakni (Shihab, 1998):

1. Adil berarti sama: tidak membedakan seseorang dengan yang lainnya.
2. Adil berarti seimbang artinya tidak ada yang dikurangi.
3. Adil berarti perhatian terhadap hak-hak individu dan memberikan kepada pemiliknya.
4. Adil yang dinisbatkan pada Ilahi, semua wujud tidak memiliki hak atas Allah SWT. Allah SWT yang menegakkan keadilan. Perspektif adil dalam arti sama mirip dengan konsep *equity*.

Makna mengenai keadilan distributif lebih tepat menggunakan istilah *nasib* dan *qisth* (berbagi), *qisthas* dan *mizan* (timbangan), dan *taqwim* (memperkuat)

Keadilan Distributif Pemerintahan dalam Islam

Dalam perspektif Islam, adanya negara dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan kolektif rakyat. Negara bertanggungjawab atas pemenuhan kebutuhan dasar setiap rakyat serta berupaya mewujudkan keadilan ekonomi, sosial, politik untuk kesejahteraan rakyat. Perspektif Islam memandang negara sebagai suatu yang pokok untuk memanajemen, mengelola, mengatur jalannya segala bentuk kenegaraan agar menimbulkan kemashlahatan dan menghindari segala kerusakan.

Keadilan dalam mengatur urusan pemerintahan telah Allah perintahkan dalam Alqur'an surat An Nisa: 58 yang artinya: "Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan Amanat kepada yang berhak menerimanya dan apabila menetapkan hukum di antara manusia supaya kamu menetapkan dengan

adil. Sesungguhnya Allah memberi pengajaran kepadamu. Sesungguhnya Allah Maha Mendengar lagi Maha Melihat." Ayat ini memerintahkan agar negara bersifat adil dalam menyampaikan (mendistribusikan) sumberdaya kepada penerimanya (masyarakat) tanpa membeda-bedakan.

Keadilan distributif dalam bernegara menurut ajaran Islam sifatnya lebih universal dan luas. Keadilan distributif tidak hanya dikenakan kepada pemerintah saja yang harus berlaku adil namun sesama bangsa Indonesia khususnya penganut ajaran Islam memiliki kewajiban untuk mendistribusikan sumberdaya yang dimilikinya. Menurut Zarqa (1986) distribusi adalah transfer dari pendapatan kekayaan antar individu dengan cara pertukaran atau dengan cara yang lain seperti warisan, shadaqah, waqaf dan zakat. Islam mengenalkan konsep pemerataan pembagian hasil kekayaan nagara melalui jalan distribusi tersebut. Konsep ini juga dikenal dengan konsep redistribusi.

Kesimpulan

Keadilan menjadi hal yang diidamkan manusia dari dulu hingga sekarang. Konsep mengenai keadilan distributif yakni prinsip equalitas memiliki kesamaan dengan makna keadilan menurut Quraish Shihab adil berarti sama tanpa membedakan antara satu pihak dan pihak lainnya. Prinsip keadilan distributif mempertimbangkan hak dan kebutuhan individu memiliki kesamaan dengan makna keadilan mempertimbangkan hak-hak individu. Konsep mengenai keadilan distribusi sumberdaya oleh pemerintah berdasarkan kedua perspektif harus memperhatikan mengenai perinsip kesamaan tidak membeda-bedakan status, agama ras dan golongan juga harus memperhatikan hak dan kebutuhan individual masyarakat dimana memprioritaskan rakyat

yang lebih membutuhkan baik dari segi ekonomi, kesehatan dan pendidikan.

Konsep mengenai perwujudan keadilan distributif pemerintahan dalam perspektif psikologi sosial lebih partikular atau sempit sedangkan dalam perspektif agama Islam lebih universal. Islam telah mengajarkan konsep mengenai distribusi keadilan negara bukan hanya pemerintah saja yang bertanggung jawab namun rakyat dapat berkontribusi dengan mendistribusikan hartanya melalui jalan zakat, sadaqah dan waqaf. Hal ini dapat dikelola oleh negara sebagai pihak pengelola dan pengatur perekonomian. Makna untuk menilai keadilan distribusi dipengaruhi berbagai macam faktor baik bersifat psikologis maupun nonpsikologis. Penilaian keadilan distribusi melibatkan proses berpikir baik heuristik maupun sistematis.

Daftar Pustaka

Adams, S.J. (1965). Inequity in social exchange. *Advance in Experimental social psychology, 2,* 267-299

Ancok, D. & Faturochman. (2001). dinamika psikologi penilaian keadilan. *Jurnal Psikologi,* (1)*, 41 – 60*

Cropanzano, R. & Greenberg, J. (1997). Progress in organizational justice: tunneling through the maze. *International Review Of Industrial And Organizational Psychology,* 12, 317-372.

Reenberg & Baron. (2000). *Behavior in organization. 7th edition.* Upper Saddle River, New Jersey: Prentice Hall, Inc

Faturochman. (1999). Keadilan sosial suatu tinjauan psikologi. *Buletin Psikologi Universitas Gadjah Mada, 7.*

Homans, G.C. (1961). *Social behaviour: Its elementary forms.* New York: Harcourt, Brace & World

Englard, I. (2009). *Corrective & distributive justice from aristotle to modem times*. New York: Oxford Univesity Press, Inc.

Lind, E & Tyler, Tom. (1988). The Social Psychology Of Procedural Justice. Critical Issues In Social Justice. *Springer Scince*: Business New York

Mawardi. (2007). Konsep Al-'Adalah Dalam Perspektif Ekonomi Islam. *Jurnal Hukum Islam*. Vol. Vii No. 5 Juli.

Shihab, M. Quraish. (1998). *Wawasan Al-Qur'an.* Bandung: Mizan

Tyler, T (2010) Social justice: Outcome and procedure. *International Journal Of Psychology*.

Zarqa', A. (1986) Islamic distributive schame, *distributive justice and need fullfilment*.

Islamabad: International Institute Of Islamic Economics.

Bab 27

Four God-Guide Organization (FGGO): Penerapan pada Perguruan Tinggi Islam Ditinjau dari Perspektif Karyawan

Dian Juliarti Bantam, Rahmatiah Anas, & Dewi Tri Reski
Fakultas Ekonomi dan Sosial, Psikologi,
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,
dianjuliartibantam@unjaya.ac.id

Pendahuluan

Perguruan Tinggi sebagai sebuah institusi penyelenggara pendidikan tinggi diharapkan mampu berkontribusi dalam peningkatan *nation competitiveness* yang mampu menghasilkan "konsep pendidikan berkualitas" bagi kemajuan bangsa Indonesia. Perguruan Tinggi berbasis Islam memiliki tanggung jawab tambahan yakni menjadi institusi penyelenggara pendidikan tinggi yang tidak hanya berkontribusi dalam peningkatan *nation competitiveness,* namun juga diharapkan mampu menciptakan pemahaman Islam yang ramah, demokratis, dan menjadi *rahmatan lil'alamin.*

Hal inilah yang membuat minat masyarakat untuk mengenyam pendidikan di Perguruan Tinggi Islam semakin tinggi (Sholikah, 2017). Didukung dengan banyaknya jumlah perguruan tinggi Islam di Indonesia, baik negeri maupun swasta, Menurut Lukman Hakin Saifuddin, Indonesia bisa menjadi pusat pengembangan pendidikan keagamaan Islam di Dunia. Hal ini dikarenakan Indonesia memiliki lebih banyak perguruan tinggi Islam dibandingkan negara-negara yang selama ini menjadi pusat pendidikan tinggi Islam (Sasongko, 2015). Tercatat ada 58 Perguruan Tinggi Islam Negeri dan 317 Perguruan Tinggi Islam Swasta yang ada di Indonesia (wikipedia.org).

Berdasarkan data Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Kementerian Pendidikan Nasional, dari 18 Perguruan Tinggi yang berakreditasi A, 5 (27,77%) diantaranya adalah Perguruan Tinggi Islam. Akreditasi merupakan perwujudan dari efektivitas suatu perguruan tinggi, karena dalam pencapaiannya Badan Akreditasi Nasional menilai secara kompleks setiap elemen perguruan tinggi. Penilaian standar akreditasi mencakup visi, misi, tujuan, pengelolaan lembaga dan program, mahasiswa dan bantuan, kurikulum, pegawai (dosen dan tenaga kependidikan), sarana dan prasarana, pendanaan, proses pembelajaran dan penilaian hasil belajar, suasana akademik, penelitian dan publikasi, pengabdian masyarakat, sistem peningkatan dan pengendalian mutu, serta sistem informasi (Herdi, 2012).

Perguruan Tinggi berbasis Islam berusaha untuk mewujudkan ajaran Islam sebagai sistem yang mendasari seluruh pengambilan keputusan dalam kerangka organisasi. Hal ini terlihat mulai dari identitas, atribut, visi dan misi, struktur, sampai kepada teknis pelaksanaan kerja di setiap lini. Karakter Islami yang berlandaskan pada Al Qur'an dan Hadits tetap menyesuaikan

dengan perkembangan dan tuntutan zaman, beberapa diantaranya terlihat dari arsitektur bangunan dan penggunaan teknologi modern.

Penanaman nilai-nilai Islam pada perguruan tinggi berbasis Islam secara tegas dinyatakan dalam visi, misi, dan tujuan organisasi. Hal tersebut kemudian dijabarkan dalam program-program dan kebijakan-kebijakan yang menuntut elemen sumber daya manusia yang ada di perguruan tinggi untuk menjalankannya sesuai dengan metode dan pendekatan yang berlandaskan Qur'an dan Sunnah. Perguruan Tinggi A misalnya, menerapkan pola ilmiah pokok universitas yakni integritas iptek-seni, antisipasi layanan yang akademik, kepemimpinan Islam dan pengembangan ilmu menjadi Islam.

Penanaman nilai Islam dalam pelaksanaan aktivitas civitas akademika diharapkan mampu meningkatkan pengembangan Perguruan Tinggi. Hal ini dikarenakan Islam menempatkan bekerja sebagai ibadah untuk mencari rezeki dan ridho dari Allah SWT. Selain itu, semakin maraknya istilah "hijrah" memberikan keuntungan bagi PT Islam, karena masyarakat lebih ingin mengenal dan memperdalam kajian-kajian islam, khususnya dalam ranah psikologi. Sebagaimana memang penelitian-penelitian terdahulu yang mengkaji terkait kepemimpinan. Tujuannya untuk menyesuaikan dengan aktivitas organisasi dan perkembangan zaman (Bantam, 2015). Penelitian tersebut antara lain mengkaji efektifitas kepemimpinan karismatik, transfomasional, transaksional, otentik, dan belakangan ini kepemimpinan kenabian atau kepemimpinan profetik. Kepemimpinan profetik merupakan kepemimpinan yang mengimplementasikan karakteristik nabi untuk mengendalikan diri dan mempengaruhi orang lain secara tulus sehingga mencapi

tujuan organisasi (Budiharto & Himan, 2006). Dalam organisasi, karakteristik tersebut dapat diadopsi sebagai dasar perilaku dan pengembangan suatu organisasi. Model organisasi yang mengadopsi kepemimpinan kenabian disebut dengan *Four God-Guided Organizations* (FGGO) oleh Fahmie (2012).

Pengertian FGGO

Konsep kepemimpinan profetik yang diimplementasikan dalam model organisasi bisnis yang disebut oleh Fahmie (2012) sebagai *Four God-Guided Organizations* (FGGO), yaitu *shiddiq, amanah, tabligh,* dan *fathonah.* FGGO dapat digambarkan dalam bentuk piramida yang terdiri dari empat isu penting dalam organisasi yaitu *ethical organization, professional organization, learning organization,* dan *leading organization* yang masing-masing mempunyai karakteristik yang berbeda-beda sebagaimana aspek kepemimpinan profetik. Berikut ilustrasi dari model FGGO dalam bentuk piramida yang menggambarkan hubungan yang holistik secara vertikal dan horizontal:

Gambar 1. *Piramida Four God-Guide Organizations (FGGO) (Fahmie, 2012)*

Piramida FGGO menggambarkan suatu model organisasi yang berpusat pada Allah (*God-guided*) dalam proses perubahan

dan pengembangan organisasi. Tujuannya untuk menggabungkan efektivitas perusahaan, kepemimpinan moral, dan kesejahteraan individual dengan dimensi spiritual. Islam mengajarkan kesungguhan dalam bekerja, dengan mengedepankan prinsip-prinsip syariah agar mendapatkan keberkahan. Sebagaimana Firma Allah SWT dalam Q.S. At-Taubah Ayat 105:

> *"Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mu'min akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) Yang Mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan"*

Dalam ayat tersebut, disampaikan untuk bekerja dan Allah SWT mengetahui apa yang dikerjakan, sehingga umatnya diminta untuk bekerja secara sungguh-sungguh dengan mengedepankan prinsip Islam. Segala apa yang dikerjakan, akan dicatat dan dimintai pertanggung jawabannya kelak. Inilah perspektif Islam dalam melihat aktivitas pekerjaan. Oleh sebab itu, individu diminta untuk bekerja secara jujur, profesional, selalu belajar mengembangkan diri dan memberikan inovasi di setiap aktivitas.

Berbicara terkait FGGO dalam perspektif kepemimpinan kenabian pada sebuah organisasi, sebagaimana telah disampaikan bahwa ada 4 model. Pertama Shiddiq dalam FGGO dikaitkan dengan *ethical organization* (organisasi beretika), kedua amanah dikaitkan dengan *professional organization,* ketiga tabligh dikaitkan dengan *learning organization,* dan keempat fathonah dalam FGGO di kaitkan dengan *leading organization.* Menurut Fahmie (2012) e*thical organization* (organisasi beretika) merupakan aspek dalam organisasi yang menekankan prinsip shiddiq dalam pelaksanaan setiap kegiatan di sebuah organisasi. Artinya, dalam cipta, rasa dan karsa yang ada di organisasi perlu disesuaikan dengan dasar keyakinan Islam (*aqidah*), bimbingan aturan Islam (*syariah*)

dan keputusan yang tepat dan cerdas, agar tidak menyimpang dari kaidah yang ada. Dalam organisasi setiap karyawan perlu ditanamkan persepsi bahwa setiap kegiatan tidak hanya ditentukan oleh hasil, tetapi juga perlu proses yang transparan, adil, jujur dan sesuai dengan nilai-nilai luhur. Sikap saling menghargai, sopan, jujur, terbebas dari KKN dan patuh pada aturan yang ada dengan ikhlas merupakan perwujudan dari organisasi yang beretika. Sebagaimana dalam firman Allah SWT Q.S. Al-Isra' ayat 80:

> *"Ya Tuhan-ku, masukkanlah aku secara masuk yang benar dan keluarkanlah (pula) aku secara keluar yang benar dan berikanlah kepadaku dari sisi Engkau kekuasaan yang menolong"*

Dalam ayat tersebut disampaikan bahwa dalam bekerja kita perlu menjunjung tinggi kejujuran, baik dalam berucap dan bertindak. Mulai dari rekrutmen sampai setelah menjadi pegawai bahkan pensiun. Karena segala apa yang dilakukan akan dicatat dan dijadikan amalan serta diminta pertanggung jawabannya.

Professional organization atau efektivitas organisasi merupakan model FGGO yang menekankan pada aspek amanah dari kepemimpinan profetik. Efektivitas organisasi didefinisikan sebagai situasi dimana perusahaan memaksimalkan segala potensi yang dimiliki dalam pencapaian tujuan organisasi yang ditunjukkan oleh pemenuhan enam aspek, yaitu strategi, teknologi, struktur, sistem penilaian, sistem manajemen sumber daya manusia, dan budaya (Cummings & Worley, 2009). Dalam model FGGO, efektivitas organisasi merupakan perwujudan dari pada tanggung jawab secara holistik yaitu terhadap Allah SWT, diri sendiri dan masyarakat. Dalam setiap perilku organisasi yang dilakukan oleh karyawan haruslah sesuai dengan yang diperintahkan dan menjauhi larangan Allah SWT. Percaya bahwa setiap aktivitas yang ada di organisasi dicatat oleh malaikat,

sehingga perilaku yang dilakukan lebih terarah dan profesional. Sebagaimana Firman Allah SWT dalam Q.S. Al-Anfal ayat 27:

> *"Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu mengkhianati Allah dan Rasul dan (juga) janganlah kamu mengkhianati amanat yang dipercayakan kepadamu, sedangkan kamu mengetahui"*

Prinsip yang kedua, bertanggung jawab terhadap diri sendiri. Dalam arti, organisasi profesional perlu memperhatikan kesejahteraan karyawan, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis. Sebagai contoh, organisasi menerapkan prinsip-prinsip ergonomis di tempat kerja dan memperhatikan kohesivitas anggota. Firman Allah SWT dalam Q.S. Al-Mu'Minum ayat 8:

> *"Dan (sungguh beruntung) orang yang memelihara amanat-amanat dan janjinya"*

Prinsip yang ketika bertanggung jawab terhadap masyarakat. Akivitas dalam organisasi yang profesional, juga perlu melibatkan dan bertanggung jawab terhadap masyakat sekitar. Seperti adanya program CSR untuk meningkatkan rasa tanggung jawab dan kepedulian bagi masyarakat dan membuat produk/ jasa yang ramah lingkungan/ *user friendly.*

> *"Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan amanat kepada yang berhak menerimanya, dan (menyuruh kamu) apabila menetapkan hukum di antara manusia supaya kamu menetapkan dengan adil. Sesungguhnya Allah memberi pengajaran yang sebaik-baiknya kepadamu. Sesungguhnya Allah adalah Maha Mendengar lagi Maha Melihat"* (Q.S. An-Nisa:58).

Learning organization sebagai salah satu model FGGO yang merupakan perwujudan dari karakteristik tabligh dalam kepemimpinan profetik. Menurut Fahmie (2012) prinsip-prinsip *tabligh* atau organisasi belajar harus memfasilitasi para anggota untuk terus berusaha dan belajar agar memiliki kompetensi

yang tinggi serta memiliki banyak pengetahuan. Organisasi yang menerapkan prinsip tabligh dalam setiap aktivitas dapat mencegah komunikasi negatif, seperti fitnah, berbohong dan membully. Hal ini dikarenakan, para civitas atau individu yang berada dalam organisasi tersebut memiliki pengatahuan yang dapat menyaring informasi yang diterima ataupun yang di *share.* Konsep *tabligh* dalam perspektif Islam memiliki tiga poin penting, pertama, pengetahuan adalah milik dan berasal dari Allah sedangkan pengetahuan manusia terbatas dan tidak lengkap; kedua, pengetahuan dan berbagi pengetahuan adalah atribut Ilahi, artinya manusia harus merealisasikan hal tersebut sebagai bentuk manifestasi dari ketundukan dan kepatuhan terhadap Allah; ketiga, pengetahuan, pengajaran, dan pembelajaran merupakan sumber dan justifikasi status dan kepemimpinan (Fahmie, 2012). Sebagaimana Firman Allah SWT dalam Al-Qur›an Surah Al-An'am ayat 105 yang terjemahannya adalah:

> *"Dan demikian Kami menjelaskan berulang-ulang ayat-ayat Kami agar orang-orang musyrik mengatakan, "Engkau telah mempelajari ayat-ayat itu (dari Ahli Kitab), dan agar Kami menjelaskan Al-Qur›an itu kepada orang-orang yang mengetahui".*

Sedangkan yang terakhir *learing organization* pada model FGGO sama dengan karakteristik fathonah pada kepemimpinan profektif. Model ini mengacu pada karakteristik seseorang yang dapat memecahkan masalah secara cerdas dan memiliki peranan signifikan bagi proses inovasi dan kreatifitas dalam organisasi (Fahmi, 2012). Menurut Andrew dan Sirkin (Bantam, 2015) banyak penelitian merekomendasikan agar organisasi dapat berperilaku lebih adaptif, fleksibel, dan inovatif dalam memenuhi dan menghadapi tuntutan lingkungan bisnis yang semakin cepat laju perkembangannya. Inovasi organisasi merupakan kemampuan inovatif dari keseluruhan organisasi

dengan memperkenalkan produk baru ke pasar atau membuka pasar baru, melalui penggabungan strategis dengan perilaku dan proses inovatif (Wang & Ahmed, 2004). Menurut Luomaaho, Vos, Lappalainen, Lämsä, Uusitalo, Maaranen, dan Koski (2012) inovasi organisasi mengacu pada kemampuan inovatif dan kreatif yang dibutuhkan suatu organisasi dan di antara karyawan. Perspektif islam, dalam pengembangan produk dan jasa, suatu organisasi haruslah menyerahkan hasilnya kepada Allah SWT. Dalam konsep Islam disebut dengan tawakal. Pada konsep ini, justru organisasi diminta untuk mengembangkan ide yang dimiliki dengan cara yang tepat dan beragam, baik dari kegagalan maupun keberhasilan yang pernah didapat. Islam justru menganjurkan agar selalu menggunakan akal pikir yang bersumber dari Tuhan untuk melakukan proses perubahan dan pengembangan sehingga manusia tidak menyia-nyiakan waktu hidupnya. Sebagaimakan firman Allah SWT dalam surat Surah Al-'Imran ayat 190-191:

> *"Sesungguhnya pada kejadian langit dan bumi, dan pada pertukaran malam dan siang, ada tanda-tanda (kekuasaan, kebijaksanaan dan keluasan rahmat Allah) bagi orang-orang yang berakal"* (QS. Al-'Imran: 190)
>
> *"(Yaitu) orang-orang yang menyebut dan mengingati Allah semasa mereka berdiri dan duduk dan semasa mereka berbaring, dan mereka pula memikirkan tentang kejadian langit dan bumi..."* (QS. Al-'Imran: 191)

Pada ayat-ayat tersebut, manusia dalam hal ini organisasi diminta untuk memikirkan segala sesuatu yang ada di bumi, mencari hubungan sebab akibat, dan mencari solusi yang terbaik untuk penyelesaian masalah. Islam tidak pernah melarang umatnya untuk melakukan proses perubahan dan pengembangan yang bermanfaat bagi dunia (Bantam, 2015).

Metode Penelitian

Survei yang telah dilakukan melibatkan empat Perguruan Tinggi Islam di Yogyakarta. Subjek yang menjadi sample adalah pegawai Perguruan Tinggi yang berbasis Islam, yang terdiri dari karyawan (dosen dan staf). Survei ini bertujuan untuk mengetahui perspektif karyawan dalam penerapan model *Four God-Guide Organization* pada Perguuran Tinggi yang berbasis Islam. Agar memperoleh data penerapan FGGO, maka para tim menyebarkan kuesioner ke empat Perguruan Tinggi berbasis Islam dan berhasil mengumpulkan 112 kuesioner yang dapat diolah. Kuesioner yang digunakan merupakan kuesioner yang dikembangkan dari 4 aspek model FGGO.

Aspek yang dimaksud yaitu organisasi beretika, organisasi profesional, organisasi belajar dan inovasi organisasi. Aspek *ethical organization* mengembangkan alat ukur dengan menggunakan teori yang dikemukakan oleh Robbins dan Judge (2013). Aspek *professional organization* mengadaptasi *'Profiles in Organizational Effectiveness for Nonprofits'* yang disusun oleh *Jeanine Lee of the Ewing Marion Kauffman Foundation.* Aspek *learning organization* mengembangkan alat ukur dari Ivancevich, Robert dan Michael (2005). Sedangkan alat ukur untuk *leading organization* diadaptasi dari kuisioner LO yang di buat oleh Wang dan Ahmed (2004).

Kuesioner disajikan dalam skala Likert dengan pilihan Sangat Sesuai, Sesuai, Tidak Sesuai, dan Sangat Tidak Sesuai. Data dianalisis dengan menggunakan analisis dekskripsi statistik. Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui koefisien reliabilitas Cronbach Alpha pada skala penelitian ini adalah 0,965, yang menurut Guilford (1956) termasuk kategori sangat tinggi. Berikut adalah deskripsi subjek berdasarkan karkateristik yang relevan:

Tabel 1. *Deskripsi subjek berdasarkan beberapa kriteria*

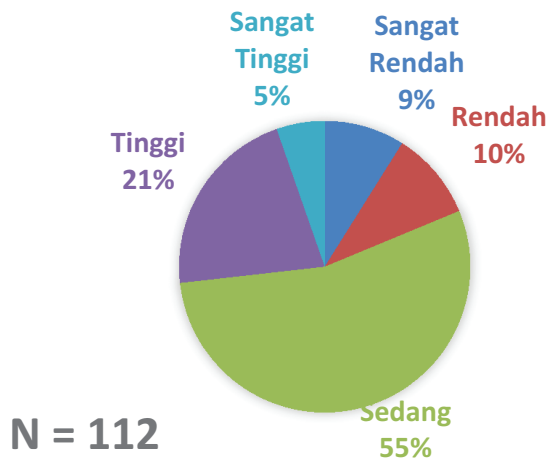
Variabel	Kelompok	f	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	54	48,21
	Perempuan	58	51,79
Usia	25-40	52	46,43
	41-55	57	50,89
	56-70	2	1,78
	>70	1	0,90
Masa Kerja	0-5	24	21,43
	6-10	13	11,61
	11-15	26	23,21
	16-20	15	13,39
	21-25	20	17,86
	26-30	9	8,04
	31-35	4	3,58
	36-40	0	0
	41-45	1	0,89
Pendidikan	SMP	3	2,68
	SMA	36	32,14
	Diploma	8	7,15
	S1	45	40,18
	S2	20	17,86
Instansi	A	29	25,89
	B	7	6,25
	C	70	62,50
	D	6	5,36
Jabatan/ status	Dosen	12	10,71
	Kabag	2	1,78
	Kasubag	11	9,82
	Staf/Karyawan	87	77,68

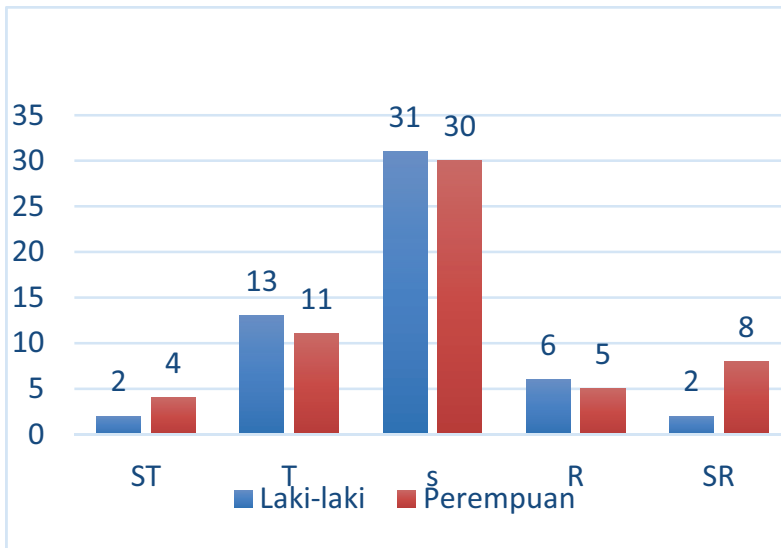
Hasil Penelitian dan Pembahasan (Perspektif Karyawan terhadap Penerapan FGGO Pada Perguruan Tinggi Berbasis Islam)

Secara umum, gambaran data terkait penerapan *Four God-Guide Organization* organisasi pada Perguruan Tinggi Islam adalah sebagai berikut:

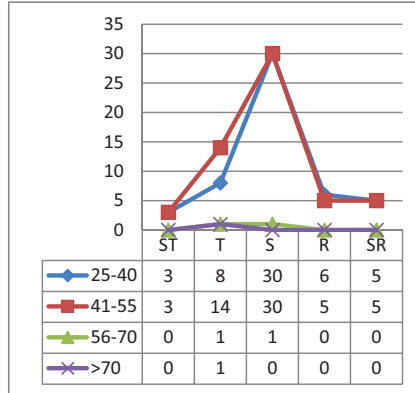
Tabel 2. *Deskripsi data penelitian*

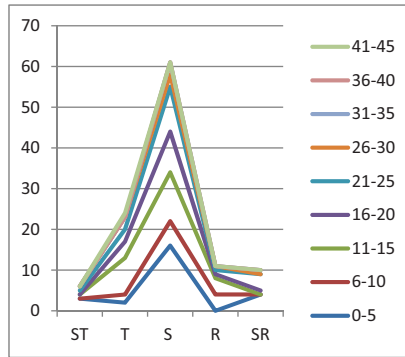
N	Mean	SD	Min	Max
112	191,268	21,745	126	248

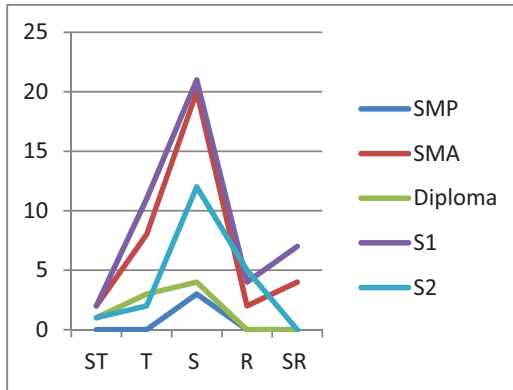
Tabel 2, menunjukkan bahwa rerata yang diperoleh sebesar 191,268 dengan standar deviasi (SD) sebesar 21,745. Sedangkan nilai minimal yang diperoleh sebesar 126 dan nilai maksimum sebesar 248. Selain memperoleh gambaran deskriptif, pada penelitian ini juga dapat digambarkan kategorisasi penerapan FGGO pada Perguruan Tinggi Islam berdasakan persepsi karyawan.

Gambar 2. *Penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berdasarkan persepsi karyawan.*

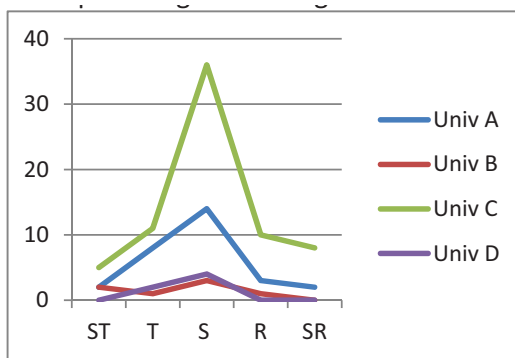
Berdasarkan diagram di atas, diketahui bahwa penerapan FGGO pada Perguruan Tinggi Islam secara umum dipersepsikan berada pada tingkat 'sedang' (54%) atau sekitar 61 subjek. Sedangkan ada 24 atau 21% karyawan yang mempersepsikan penerapan FGGO dalam kategori 'tinggi'. Ada juga karyawan yang mempersepsikan penerapan FGGO pada kategori 'sangat tinggi ' yaitu berjumlah 6 atau 5% karyawan. Selain itu, ada 11 atau 10% yang berada pada kategori rendah dan 10 atau 9% yang berada pada kategori sangat rendah dalam mempersepsikan penerapan FGGO di Perguruan Tinggi Islam.

Gambar 3. *Penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berdasarkan persepsi karyawan ditinjau dari gender*

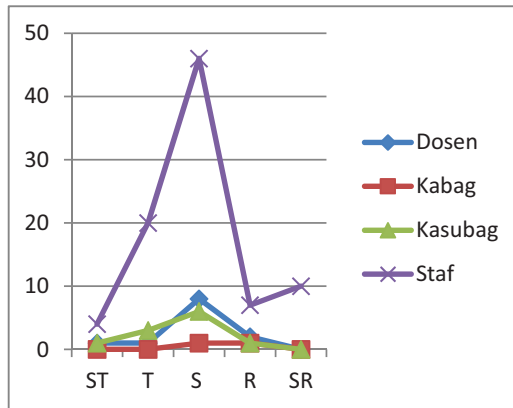
Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa penerapan FGGO pada Perguruan Tinggi Islam secara umum dipersepsikan berada pada kategori 'sedang', baik oleh karyawan laki-laki (31 atau 27,7%) maupun karyawan perempuan (30 atau 26,8%).

	ST	T	S	R	SR
25-40	3	8	30	6	5
41-55	3	14	30	5	5
56-70	0	1	1	0	0
>70	0	1	0	0	0

Gambar 4. *Penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berdasarkan persepsi karyawan ditinjau kategorisasi usia karyawan.*

Berdasarkan grafik di atas, terlihat bahwa secara umum karyawan dengan usia 25-40 dan 41-55 mempersepsikan Penerapan FGGO pada Perguruan Tinggi Islam berada pada tingkat 'sedang', sedangkan karyawan yang berusia 56 tahun ke atas mempersepsikan Penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berada pada tingkat 'sedang' dan 'tinggi'.

Gambar 5. *Penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berdasarkan persepsi karyawan ditinjau dari kategorisasi masa kerja karyawan.*

Berdasarkan grafik di atas, dapat diketahui bahwa karyawan dengan masa kerja yang berbeda-beda secara umum mempersepsikan Penerapan FGGO pada Perguruan Tinggi Islam berada pada tingkat 'sedang'.

Gambar 6. *Penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berdasarkan persepsi karyawan ditinjau dari tingkat pendidikan.*

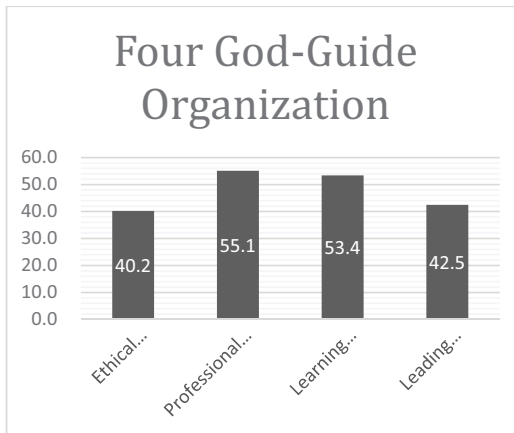
Berdasarkan grafik di atas, dapat diketahui bahwa karyawan dengan tingkat pendidikan yang berbeda-beda (SMP, SMA, Diploma, S1, dan S2) secara umum mempersepsikan penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berada pada tingkat 'sedang'.

Gambar 7. *Penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berdasarkan persepsi karyawan ditinjau dari gender.*

Berdasarkan grafik di atas, dapat diketahui bahwa karyawan yang berasal dari Perguruan Tinggi Islam yang berbeda secara umum juga mempersepsikan efektivitas organisasi Perguruan Tinggi Islam berada pada tingkat 'sedang'.

Gambar 8. *Penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berdasarkan persepsi karyawan ditinjau dari jabatan/status.*

Grafik di atas, menampilkan bahwa karyawan dengan jabatan yang berbeda-beda secara umum mempersepsikan Penerapan FGGO pada Perguruan Tinggi Islam berada pada tingkat 'sedang'.

Berdasarkan hasil penelitian yang dipaparkan, dapat dijelaskan bahwa persepsi karyawan terkait penerapan aspek-aspek *Four God-Guide Organization* (FGGO) pada Perguruan Tinggi Islam berada pada tingkat 'sedang' (55% dengan jumalah 61 karyawan). Temuan tersebut didukung secara konsisten dengan temuan penerapan FGGO yang dilihat berdasarkan kriteria tertentu, yaitu jenis kelamin, usia, masa kerja, jabatan, tingkat pendidikan, dan instansi tempat karyawan bekerja. Dari perspektif karyawan sesuai gender, ada sebanyak 31 karyawan laki-laki (27,7%) dan 30 karyawan perempuan (26,8%), yang menilai penerapan FGGO Perguruan Tinggi Islam berada di tingkat 'sedang'. Hal tersebut sejalan dengan temuan lain yang menunjukkan bahwa penerapan

FGGO Perguruan Tinggi Islam berada di tingkat 'sedang' berdasarkan penilaian 30 atau 26,8% karyawan yang berada pada rentang usia 25-40 tahun dan rentang usia 41-55 tahun. Hal yang menarik adalah subjek yang berusia 56 tahun ke atas menyatakan bahwa penerapan FGGO di Perguruan Tinggi Islam berada pada kategori 'tinggi'. Di antara 112 subjek penelitian, ada dua subjek yang berstatus/berjabatan sebagai Kepala Bagian (Kabag) dan keduanya menilai penerapan FGGO di Perguruan Tinggi Islam berada di tingkat 'rendah' dan 'sedang'. Sedangkan untuk dosen, staf dan kasubag rata-rata mempersepsikan penerapan FGGO pada kategori 'sedang'. Selain itu, untuk para staf ada juga yang mempersepsikan penerapan FGGO pada kategori 'tinggi'.

Selain melakukan survei terkait model FGGO secara umum, dalam penelitian ini juga secara khusus menganalisis terkait 4 aspek yang menjadi landasan model FGGO yaitu *ethical organization, professional organization, learning organization,* dan *leading organization.* Berikut ditampilkan rerata dari aspek-aspek penyusun model FGGO tersebut:

Gambar 9. *Rerata 4 Aspek Model FGGO Perguruan Tinggi Islam berdasarkan persepsi karyawan*

Berdasarkan gambar tersebut dapat dilihat bahwa aspek FGGO yang lebih diterapkan dalam Perguruan Tinggi Islam adalah *professional organization* atau efektivitas organisasi/ organisasi profesional dengan perolehan rerata sebesar 55,1. Disusul *learning organization* atau organisasi belajar dengan perolehan 53,4. Sedangkan *leading organization* atau inovasi organisasi berada pada rerata 42,5. *Ethical organization* atau organisasi beretika merupakan aspek terbawah yang telah diterapkan dengan perolehan rerata sebesar 40,2.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan pendapat Walgito (2010) yang menyatakan bahwa persepsi merupakan aktivitas yang terintegrasi dalam diri individu, sehingga hal-hal yang berasal dari internal manusia berperan aktif juga dalam proses persepsi. Hal tersebut menyebabkan munculnya persepsi yang berdasarkan perasaan, kemampuan berpikir, pengalaman-pengalaman individu yang berbeda satu sama lain, sehingga hasil persepsi akan berbeda pula antara satu individu dengan individu lainnya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Sobur (2011) yang menyatakan bahwa berdasarkan teori kepribadian implisit, setiap individu mempunyai konsepsi tersendiri mengenai suatu hal yang berkaitan dengan hal lainnya. Teori tersebut mengacu pada teori kepribadian individual yang menjadi keyakinan dalam diri individu dan mempengaruhi persepsi individu.

Sebagaimana hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek atau model FGGO *professional organization y*ang lebih tinggi diterapkan pada PT Islam. Teori sistem menjelaskan bahwa kriteria suatu organisasi bisa menjadi efektif haruslah dapat menggambarkan seluruh siklus input-proses-output (Gibson, Ivancevich, & Donnely, 1989). Lingkungan menjadi kontributor besar dalam elemen input pada efektivitas organisasi, salah satunya melalui budaya organisasi yang mampu membedakan satu organisasi dan organisasi yang lain. Nilai-nilai Islam yang telah ditanamkan

dan dapat diaplikasi oleh sebuah Perguruan Tinggi Islam, akan mampu mengembangkan religiusitas karyawan, sehingga cukup berpengaruh terhadap kinerja karyawan dalam mencapai tujuan organisasi.

Aspek kedua yang cukup baik dipersepsikan oleh karyawan pada Perguruan Tinggi Islam yaitu *learning organization*. Menurut Fahmie (2012) organisasi pembelajar bertanggung jawab untuk menyampaikan hal yang berkualitas (*amr maruf*) dan membatasi dirinya sendiri maupun orang lain untuk melanggar syariat Islam (*nahi munkar*). Sebagaimana juga disampaikan oleh Ivancevich, Robert, dan Michael (2005) bahwa organisasi pembelajar akan meramaikan diskusi yang terbuka dan adanya kemudahan untuk mengakses informasi dan data, menyatakan visi yang jelas diungkapkan pada seluruh tingkat atau jajaran, tujuan-tujuan dan konsep penghargaan kinerja yang jelas, memiliki komitmen untuk belajar, meningkatkan diri, dan pengembangan pribadi, serta bersedia untuk mencoba cara-cara baru, bereksperimen dan menerima kegagalan.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Bantam (2015), ditemukan bahwa aspek *leading organization* pada organisasi Islam butuh ditingkatkan karena sekitar 50% inovasi dalam organisasi Islam belum efektif, terutama dari aspek produk. Namun demikian, jika melihat aspek inovasi perilaku, organisasi Islam sangat unggul dan inovasi ini dapat menjadi nilai tambah serta kekuatan untuk mengembangkan aspek yang lainnya. Sama halnya dalam penelitian kali ini, dimana aspek *leading organization* menduduki peringkat 2 terbawah bila dibandingkan dengan 2 aspek lainnya yaitu learning dan *professional organization*. Selain itu, rerata yang didapatkan juga belum mencapai rerata keseluruhan dari model FGGO. Dalam agama Islam juga mengatur prinsip inovasi atau hijrah (QS. Al-Hajh: 59) menuju cara yang lebih baik agar menjadi organisasi yang unggul di masyarakat dan dunia. Dari perspektif

Islam, dalam mengembangkan proses inovasi, sebuah organisasi harus bergantung pada Allah SWT untuk hasil dari tindakan apapun.

Begitu juga dengan aspek *ethical organization* belum mencapai rerata keseluruhan model FGGO, serta menempati posisi terakhir yang dipersepsikan oleh karyawan Perguruan Tinggi Islam. Organisasi beretika, diharapkan para civitas yang ada mampu mengikuti setiap aturan dan norma yang berlaku. Sebagaimana beberapa penelitian yang menyatakan hubungan antara etika dengan kinerja karyawan dan komitmen organisasi (Amilin, dkk., 2018; Salahudin, dkk., 2015). Menurut Salahudin, dkk (2015) karyawan yang memiliki etika kerja Islami tinggi, maka semamin menunjukkan perilaku yang loyal pada organisasinya. Tambahan dari Fahmie (2012) bahwa untuk bisa mewujudkan karyawan yang beretika, maka dibutuhkan strategi yang benar dan praktik untuk keinginan baik dan menjauhi perilaku yang menyimpang harus atas dasar keyakinan Islam (*aqidah*), bimbingan aturan Islam (*syariah*) dan keputusan yang tepat dan cerdas, yang berguna untuk tidak hanya semua pemangku kepentingan dapat tetapi juga semua ciptaan Allah.

Penerapan nilai-nilai Islam yang dimanifestasikan dalam kebijakan-kebijakan organisasi akan berpengaruh terhadap nilai yang dipegang oleh individu secara personal. Islam merupakan *rahmatan lil 'alamin* yang berarti bahwa semua nilai-nilai yang terkandung di dalamnya bernilai positif dan akan memberikan manfaat. Penerapan nilai Islam dalam organisasi sangat penting untuk diinternalisasi oleh karyawan agar tercipta kesesuaian nilai organisasi dan nilai individu. Kesesuaian tersebut diharapkan mampu meningkatkan kepuasan kerja dan komitmen karyawan yang pada akhirnya berujung pada peningkatan kinerja karyawan.

Optimalisasi proses dalam sebuah organisasi juga dipengaruhi oleh optimalisasi individu dalam organisasi. Hal tersebut jelas berkaitan dengan kinerja karyawan dalam bekerja. Karyawan Perguruan Tinggi Islam tidak hanya difasilitasi secara materi oleh organisasi dalam menunjang kinerja dalam bekerja, namun juga difasilitasi secara spiritual. Salah satunya adalah dengan adanya pengajian rutin yang diadakan oleh organisasi untuk karyawan yang mampu meningkatkan nilai religiusitas. Religiusitas terbukti memberikan dampak yang positif dan signifikan terhadap kebutuhan berprestasi, kebutuhan kekuasaan, dan kebutuhan berafiliasi yang mampu menunjang kinerja karyawan dalam organisasi (Sulistyo, 2011). Hal tersebut didukung oleh penelitian Amaliah, Julia, dan Riani (2013) yang menyatakan bahwa nilai agama berpengaruh positif terhadap kinerja karyawan. Hal tersebut berarti pemahaman atas nilai-nilai agama akan terimplementasikan dalam etika kerja karyawan yang kemudian akan berpengaruh terhadap optimalisasi kinerja di tempat kerja.

Perguruan Tinggi Islam memiliki cara yang berbeda dalam mengelola organisasi, yakni dengan penekanan nilai Islami pada setiap aspek organisasi. Gaya manajemen yang diartikan sebagai cara memanajemen suatu organisasi berkorelasi positif dengan efektivitas organisasi (Uche & Timinipere, 2012). Hal tersebut menjadi gaya manajemen tersendiri bagi Perguruan Tinggi Islam yang dapat terlihat, salah satunya, dari nilai kejujuran yang sangat diprioritaskan. Menjalankan roda organisasi dengan berlandaskan Al Qur'an dan Hadits membatasi suatu organisasi untuk tidak bersikap otoriter ataupun sikap negatif lain yang akan merugikan organisasi itu sendiri dan juga karyawan yang bekerja di dalamnya.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa persepsi karyawan terhadap penerapan *Four God-Guide Organization* (FGGO) pada Perguruan Tinggi Islam berada pada tingkat 'sedang'. Ciri khas dari Perguruan Tinggi Islam adalah penanaman dan pengaplikasian nilai-nilai Islam pada aktivitas dan kebijakan organisasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai-nilai Islam pada Perguruan Tinggi Islam mampu memberikan dampak positif bagi optimalisasi organisasi.

Selain itu dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa pada model FGGO aspek *learning organization* dan *professional organization,* menempati posisi yang lebih tinggi dibandingkan aspek *leading organization* dan *ethical organization.* Artinya, Perguruan Tinggi Islam cukup mampu menjadi organisasi yang mau belajar dan bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukan baik kepada karyawan, manajemen maupun masyarakat sekitar. Hanya saja, PT Islam belum mampu memberikan inovasi produk yang lebih optimal dan para staf masih perlu ditingkatkan kesadaran terkait kepatuhan terhadap norma.

Oleh karena itu, dari penelitian ini diharapkan aspek *leading organization* dan *ethical organization* pada organisasi khususnya PT Islam perlu ditingkatkan. Proses pengembangan aspek ini dapat dilakukan melalui pelatihan. Perlu adanya penelitian lebih lanjut terkait pelatihan yang tepat untuk dapat diberikan kepada PT Islam, baik kepada karyawan, maupun manajemen.

Daftar Pustaka

Al-Qur'an dan terjemahannya.

Amaliah, I., Julia, A., & Riani, W. (2013). Pengaruh dari nilai-nilai Islam terhadap kinerja kerja. *Jurnal sosial dan pembangunan, 29*(2).

Amilin, A., Ismail, T., Astuti, S., Reskino, & Mulazid, A.S. (2018). Islamic work ethics and organizational justice implementation in reaching accountant' job satisfaction. *Academy of Accounting and Financial Studies Journal, 22*(1), 1-11.

Bantam, DJ. (2015). *Survey leading organization* pada organisasi Islam. Psikologika, *20*(2), 170-186.

Budiharto, S., & Himan, F. (2006). Konstruk teoritis dan pengukuran kepemimpinan profetik. *Jurnal Psikologi, 33*(2), 133-146.

Cummings, T. G. & Worley, C. G. (2009). *Organization development and change.* USA: South-Western Cengage Learning.

Fahmie, A. (2012). Pyramid of four god-guided organizations (FGGO): A conceptual solution of prophetic leadership model at organizational level in the current moral crisis. *Proceeding The International Seminar on Moral Leadership on Multiple Perspectives. Islamic University of Indonesia.*

Guilford, J.P. 1956. *Fundamental statistic in psychology and education.* Tokyo: McGraw Hill Book Company, Inc Kogakusha Company Ltd.

Herdi, D. (2012). *Akreditasi pada perguruan tinggi.* Makalah (tidak diterbitkan). Fakultas Ekonomi Universitas Islam Riau Pekanbaru.

Ivancevich, J.M., Robert K., & Michael T.M. (2005). *Perilaku dan manajemen organisasi jilid 1.* Jakarta: Erlangga.

Ivancevich, J.M., Robert K., & Michael T.M.(2005). *Perilaku dan manajemen organisasi jilid 1.* Jakarta: Erlangga.

Luomaaho, V., Vos, M., Lappalainen, R., Lämsä, A.M., Uusitalo, O., Maaranen, P., & Koski, A. (2012). Added value of intangibles for organizational innovation. *An Interdisciplinary Journal on Humans in ICT Environments. 8*(1)*, 7-23.*

Robbins, Stephen P & Judge, Timothy A. 2013. *Organizational behavior edition 15.* New Jersey: Pearson Education.

Salahudin, S.N., Baharuddin, S.S., Abdullah, M.S., & Osman A. (2015). The effect of islamic work ethics on organizational commitment. *Procedia Economics and Finance*, *35,* 582-590.

Sasongko, A. (2015). Jumlah Perguruan Tinggi Islam Terbanyak Di Dunia. *Republika.* Diakses dari https://www.republika.co.id/berita/dunia-islam/islam-nusantara/15/03/08/nkw01l-jumlah-perguruan-tinggi-islam-indonesia-terbanyak-di-dunia.

Sholikah, B. (2017). Peserta Ujian Masuk Perguruan Tinggi Islam Negeri Meningkat. *Republika.* Diakses dari https://www.republika.co.id/berita/jurnalisme-warga/wacana/16/03/18/pendidikan/eduaction/17/05/23/oqegcq384-peserta-ujian-masuk-perguruan-tinggi-islam-negeri-meningkat.

Sobur, A. (2011). *Psikologi umum.* Bandung: Pustaka Setia.

Sulistyo, H. (2011). Peran nilai-nilai religiusitas terhadap kinerja karyawan dalam organisasi. *Media riset bisnis & manajemen, 11*(3), 252-270.

Uche, N. & Timinipere, C. O. (2012). Management styles and organizational effectiveness: An appraisal of private enterprise in Eastern Nigeria. *American intrenational journal of contemporary research, 2*(9), 198-204.

Walgito, B. (2010). Pengantar psikologi umum. Yogyakarta: Andi.

Wang, C.L., & Ahmed, P.K. (2004). The development and validation of the organisational innovativeness construct using confirmatory factor analysis. European. *Journal of Innovation Management, 7*(4), 303-313.

Wikipedia. (Tanpa tanggal). *Daftar perguruan tinggi Islam negeri di Indonesia.* Diakses dari https://id.wikipedia.org/wiki/Daftar_perguruan_tinggi_Islam_negeri_di_Indonesia

Wikipedia. (Tanpa tanggal). *Daftar perguruan tinggi Islam swasta di Indonesia.*

Diakses dari https://id.wikipedia.org/wiki/Daftar_perguruan_tinggi_Islam_swasta_di_Indonesia

BAB 28

Kematangan Beragama dan Fundamentalisme pada Mahasiswa Muslim

Laressa Intan Nidya Jelita
Subandi

Pendahuluan

Kemajemukan menjadi ciri khas bangsa dan negara Indonesia yang menghargai berbagai budaya, termasuk berbagai agama. Namun dalam realitasnya, agama hadir dalam banyak wajah (*multiface*). Sifat *multiface* tersebut muncul karena pemahaman terhadap agama dipengaruhi oleh cara pandang (*world view*) dan kepentingan penafsirnya. Idealnya pluralitas pemahaman terhadap ajaran agama perlu dipahami oleh setiap pemeluk agama agar terhindar dari spirit penunggalan (absolutisme) pemahaman keagamaan. (Aryani, et, al. 2012).

Islam merupakan agama dengan penganut terbesar di Indonesia, prosentase dibandingkan agama lain yang tercatat pada tahun 2010, kira-kira 85,1% dari 240.271.522 penduduk Indonesia adalah pemeluk agama Islam, sisanya masih terbagi ke 4 agama lain yakni 9,2% Protestan, 3,5% Katolik, 1,8% Hindu, dan 0,4%

Buddha. Dari homogenitas agama Islam muncul heterogenitas berupa kelompok-kelompok aliran tertentu yang mengidentikkan diri sebagai pemeluk agama Islam. Heterogenitas agama ini tidak terlepas dari adanya pengaruh berbagai bidang kehidupan lain seperti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, serta arus globalisasi.

Keberagamaan yang fundamental mengarah pada faham yang diistilahkan dengan fundamentalisme. Istilah fundamentalisme dalam hubungannya dengan agama sering dikaitkan dengan gerakan militan Islam, radikal, dan bahkan terorisme. Dalam konteks Indonesia yang multiagama, fundamentalisme dianggap sebagai sikap yang berbahaya karena menolak keberagamaan, menumbuhkan radikalisme, dan memicu disintegrasi (Aryani, *et. al*, 2012). Sering terjadinya kasus terorisme, kekerasan, perang suku banyak diberitakan bersumber dari masalah keagamaan, dalam hal ini Islam.

Fundamentalisme agama memiliki arti suatu ideologi yang berangkat dari latar belakang keyakinan agama yang kuat dan kehidupan agama yang dijalankan dengan sangat serius (Taylor & Horgam dalam Putra dan Wongkoren, 2010). Kelompok fundamentalis memiliki pola keyakinan tunggal yang konsisten mengenai dunia berdasarkan ajaran atau kitab sucinya, tanpa ada tawar menawar. Dalam kehidupan sosial beragama, kelompok fundamentalis memandang bahwa kebenaran agama bersifat mutlak sehingga perilaku fundamentalis dirasa tepat digunakan untuk membentengi kemurnian dan kesucian ajaran agama yang diyakininya.

Hampir sebagian besar penilaian terhadap fundamentalisme dianggap sebagai suatu hal yang negatif, hal ini berkaitan dengan karakteristik fundamentalisme. Gerakan Islam yang

dipandang sebagai «anti-modern» cenderung digambarkan sebagai fundamentalis (Watt, 2010). Kamus The Oxford English (dalam Watt 2010) menunjukkan bahwa gerakan fundamentalis ditandai dengan «ketaatan doktrin kuno atau fundamental, dengan tidak ada konsesi untuk perkembangan modern dalam pemikiran atau kebiasaan. Kasus lain yang dikaitkan dengan fundamentalisme dan diarahkan pada aksi teror adalah kejadian runtuhnya gedung WTC (*World Trade Centre*) di Amerika Serikat. Tokoh Al Qaeda Osama bin Laden yang kemudian dicap sebagai kelompok fundamentalisme Islam dibalik peristiwa WTC (Idris, 2002). Selain itu ada beberapa kelompok yang juga dianggap fundamentalis. Geraudy (dalam Imarah, 1999) memperinci tentang fundamentalisme, yaitu fundamentalisme Aljazair dengan Partai ISF (*Islamic Salvation Front*), fundamentalisme Iran dengan revolusinya, fundamentalisme Saudi, dan fundamentalisme Ikhwanul Muslimin. Keempat kelompok fundamentalisme ini merupakan kelompok fundamentalisme Islam yang mana isu-isu terkait fundamentalisme memang banyak diarahkan kepada Islam.

Konsep tentang fundamentalisme beragama yang sebagian besar dikemukakan oleh para ahli dari Barat. Tulisan ini mencoba untuk menyandingkan bagaimana konsep pemikiran fundamentalisme dalam perspektif Islam. Selanjutnya kedua konsep itu dihubungkan dengan konsep kematangan beragama, serta dilihat hubungannya dalam penelitian empiris tentang hubungan kematangan beragama dan fundamentalisme Islam pada mahasiswa.

Pengertian Fundamentalisme

Menurut kamus *Besar Bahasa Indonesia,* istilah ”fundamental” merupakan kata sifat yang memberikan pengertian ”bersifat dasar (pokok); mendasar”, diambil dari kata ”fundament” yang berarti ”dasar, asas, alas, fondasi” (KBBI, 1990). Sedangkan fundamentalis diartikan sebagai penganut keyakinan keagamaan yang berusaha mengembalikan paham agamanya kepada dasar/pokok ajaran dalam agama, akhiran –isme dalam pengertian bahasa Indonesia merujuk pada paham keagamaan atau kepercayaan. Dengan demikian, fundamentalisme dapat diartikan sebagai paham yang berusaha untuk memperjuangkan atau menerapkan sesuatu yang dianggap mendasar.

Istilah fundamentalisme pada mulanya dipakai untuk menyebut gerakan dalam agama Kristen Protestan di Amerika Serikat, yang menganut ajaran ortodoksi Kristen. Istilah ini pertama kali muncul dan dikenal dari tradisi agama Kristen yang mana merupakan reaksi dari adanya modernisme yang cenderung elastis dan fleksibel dalam menafsirkan teks, yang berakibat pada pergeseran posisi agama yang semakin terdesak ke pinggirannya (Nafis, 1996).

Dengan berjalannya waktu, istilah itu kini juga digunakan untuk penganut agama-agama lainnya yang memiliki kemiripan sehingga ditemukan pula fundamentalisme Islam, Hindu, dan Budha. Sejalan dengan hal itu, penggunaan istilah fundamentalisme menimbulkan citra tertentu seperti ekstrimisme, fanatisme, atau bahkan terorisme dalam mewujudkan atau mempertahankan keyakinan keagamaan, karenanya kelompok fundamentalis sering disebut sebagai tidak rasional, tidak moderat, dan cenderung melakukan tindakan kekerasan jika perlu (Ratnasari, 2010).

Fundamentalisme agama memiliki arti suatu ideologi yang berangkat dari latar belakang keyakinan agama yang kuat dan kehidupan agama yang dijalankan dengan sangat serius (Taylor & Horgan dalam Putra dan Wongkoren, 2010). Kelompok fundamentalis memiliki pola keyakinan tunggal yang konsisten mengenai dunia berdasarkan ajaran atau kitab sucinya, tanpa ada tawar menawar. Menunjukkan bahwa orang fundamentalis cenderung bersifat kaku dan tidak dinamis. Dimana paham di luar keyakinannya dianggap menjadi tidak penting dan salah.

Bahasan mengenai teori fundamentalisme banyak dibahas dalam konteks agama maupun sosial. Dari disiplin ilmu psikologi belum banyak kajian yang mengusung tema fundamentalisme agama. Namun demikian, terdapat beberapa peneliti Barat yang mendefinisikan arti fundamentalisme beragama dari segi psikologi.

Fundamentalisme beragama menurut Altemeyer and Hunsberger (1992) adalah suatu keyakinan kuat tentang ajaran agama misalnya pemikiran dasar untuk memahami dan berperilaku, untuk memberikan penjabaran yang lebih Altemeyer dan Hunsberger menjelaskan:

> *"the belief that there is one set of religious teachings that clearly contains the fundamental, basic, intrinsic, essential, inerrant truth about humanity and deity; that this essential truth is fundamentally opposed by forces of evil which must be vigorously fought; that this truth must be followed today according to the fundamental, unchangeable practices of the past; and that those who believe and follow these fundamental teachings have a special relationship with the deity" (1992: 118).*

Pandangan lain dari Mahmud Amin al-Alim menyebutkan bahwa istilah fundamentalisme secara etimologi berasal dari kata "fundamen", berarti dasar. Secara terminologi, berarti aliran pemikiran keagamaan yang cenderung menafsirkan teks-teks

keagamaan secara rigid (kaku) dan literalis (tekstual). Penggunaan istilah fundamentalisme sangat dekat dengan paham konservatif, yakni mereka yang ingin melaksanakan ajaran agama berdasarkan teks-teks kitab suci yang literal. Mereka yang berpandangan konservatif ini menganggap bahwa kitab suci yang telah diturunkan Tuhan adalah kitab suci yang otentik dan karenanya tidak memerlukan interpretasi lagi (Hadi, 2007).

Dari penjabaran di atas, arah fundamentalisme ini tertuju pada suatu keyakinan yang kuat terhadap agama sehingga bersikap untuk mengembalikan tatanan sosial dan semua sendi-sendi kehidupan sesuai dengan asas-asas fundamen yang terdapat dalam Kitab Suci dan ajaran dari suatu agama dengan kurang memperhatikan perkembangan zaman dan perbedaan. Sehingga cenderung bersikap eksklusif dan fanatis.

Fundamentalisme Islam

Menurut Syuaibi dan Kibli (2004), fundamentalisme, dalam bahasa arab disebut dengan istilah *ushuliyah,* kata ini memiliki makna yang dekat dengan fundamentalisme dalam tata bahasa Arab yaitu *Al-Ashlu*. *Al-ashlu* disebut juga dengan undang-undang atau kaidah-kaidah yang berkaitan dengan hal-hal parsial (*furu'*) dan masa yang telah lalu. *Ushul* merupakan prinsip-prinsip yang telah disepakati atau diterima. Dalam pemikiran Islam kontemporer, istilah *ushuliyyah* sendiri digunakan dalam kajian ilmu-ilmu fiqih yang artinya kembali kepada Al-Qur'an dan As Sunnah. Dari pengertian ini, dapat dikatakan bahwa mayoritas umat Islam yang beriman dan menghayati keagamannya bisa digolongkan sebagai fundamentalis (*ushuliyun*).

Fundamentalisme Islam menurut Jalaluddin Rahmat (2010) menunjukkan pada empat hal, yaitu: gerakan tajdid, reaksi

pada kaum modernis, reaksi pada westernisasi dan keyakinan terhadap Islam sebagai ideologi alternatif. Kamus The Oxford English (dalam Watt 2010) juga menunjukkan bahwa gerakan fundamentalis ditandai dengan "ketaatan doktrin kuno atau fundamental, dengan tidak ada konsesi untuk perkembangan modern dalam pemikiran atau kebiasaan. Kesemua hal tersebut mengarah pada sikap keagamaan yang didasarkan pada kepercayaan untuk menjaga kemurnian dan ketaatan terhadap agama. Sehingga perilaku yang tampak menonjol dari kelompok fundamentalis yaitu dengan bersikap selektif dan cenderung melakukan prasangka untuk menghindari hal-hal yang dirasa dapat mengganggu kemurnian keyakinannya.

Paparan di atas menunjukkan bahwa istilah "muslim fundamentalis" telah mengalami pemutlakan, pelebaran dan penyempitan makna. Muslim fundamentalis sempat digunakan untuk merujuk pada fenomena Salafiyah al-Afghani. Kemudian istilah ini mengalami pelebaran, yaitu digunakan untuk semua gerakan revivalisme Islam. Lalu disempitkan untuk gerakan muslim radikal/ekstrim/literal/garis keras. Dari penyempitan makna inilah, yang kini sering dijadikan sebagai *"relational meaning"* bagi kata "muslim fundamentalis" (Ratnasari, 2010).

Ketika fundamentalisme Islam dipahami sebagai gerakan resistensi bagi kebudayaan Barat, maka ia merupakan fenomena modern dalam Islam. Fundamentalisme menolak modernisme maupun pluralisme. Sama halnya yang diungkapkan dalam penelitian (Watt, 2010) dimana gerakan Islam terutama yang dipandang sebagai "Anti-modern" cenderung digambarkan sebagai fundamentalis. Pandangan yang muncul ini dapat dianggap sebagai penilaian dari para peneliti Barat yang memposisikan kelompok Islam yang bersikap anti modern sebagai kelompok fundamentalisme Islam.

Dalam pembahasan dan pendeskripsiannya tentang karakteristik-karakteristik fundamentalisme Aljazair dengan Partai ISF-nya Geraudy menyebutkan bahwa orang-orang fundamentalis tidak berusaha untuk menghidupkan Islam yang dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan kekinian, namun yang tampak adalah sebagai berikut:

1. Seorang muslim, dalam pandangan mereka, ingin hidup sebagai rakyat para khalifah Abbasiyah, dimana kehidupan ini merupakan kehidupan yang ada sekitar sepuluh abad yang lalu.
2. Kembali ke *ushul* adalah kembali ke bentuk-bentuk fisiknya (bukan ajaran dan etosnya)
3. Ketidakmampuan orang-orang fundamentalis untuk menciptakan proyek masyarakat madani sesuai dengan masyarakat abad dua puluh.
4. Tidak mengajak untuk menggunakan pemikiran dan konsep kebersamaan. Namun mereka mengajak untuk taat tanpa *reserv*e kepada para pemimpin agama, para oknum agama, yang menjadikan diri mereka seperti pegawai-pegawai penguasa mutlak, yang berbeda dengan hukum Al Qur'an.

Pendapat ini diperkuat pula oleh Misrawi (2010) apabila kalangan fundamentalis pada umumnya tidak pernah memberikan ruang toleransi kepada kelompok yang dianggap salah. Mereka cenderung mengambil jalan vonis "sesat: dan "kafir: terhadap pihak yang dianggap salah. Karena hal itulah, kalangan fundamentalis bisa disebut sebagai pihak yang mengembangkan intoleransi, karena menolak untuk menerima pihak yang salah. Bahkan lebih jauh dari itu, mereka menganggap pihak yang salah sebagai pihak yang keluar dari agama.

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa istilah fundamentalisme Islam muncul dari dunia Barat dan memiliki pengertian dengan tipologi fundamentalisme Kristen. Sementara istilah *ushuliyyah* dalam bahasa Arab dan dalam wacana pemikiran Islam, yang dipadupadankan dengan fundamentalisme mempunyai pengertian yang lain yang berbeda dengan yang dipahami oleh wacana Barat.

Aspek Fundamentalisme

Hugh Goddard (dalam Hadi, 2007) menjabarkan aspek fundamentalisme Islam sebagai berikut:

1. Teologis, mengarah pada pandangan tertentu mengenai kitab suci. Misalnya pandangan yang menyatakan bahwa Al-Qur'an adalah kitab yang berisi aturan yang lengkap tentang seluruh kehidupan manusia. Ia tidak bisa salah karena berasal dari Tuhan Yang Maha Besar. Hal ini diperkuat oleh (Jainuri, 2003) fundamentalisme dari aspek teologis merujuk pada keyakinan akan kemutlakan kebenaran Kitab Suci mereka secara harfiah (makna leksikal/dasar).
2. Sosiologis, berkaitan dengan fenomena keanggotaan dalam satu kelompok dimana mereka beranggapan bahwa orang yang ada di luar mereka bukan "orang beriman yang sebenarnya".
3. Historis, memiliki arti keagamaan yang konservatif. Yaitu berusaha kembali pada asal usul suatu keimanan, menaruh kecurigaan terhadap modernisme. Contoh yang dapat disebutkan dalam Islam misalnya munculnya semangat untuk kembali kepada dan mencontoh kehidupan pada zaman *khulafaurrasyidin*. Sejalan dengan

historis, Antoun (2003) menjelaskan bahwa seluruh peristiwa baik musibah, fenomena sosial, kerusakan lingkungan dan lain-lain merupakan kejadian yang telah digambarkan dalam Kitab Suci. Sehingga ketika terjadi sesuatu maka kesimpulan atas peristiwa dikaitkan dengan apa yang ada di dalam teks atau Kitab Suci.

4. Politik, menunjuk pada usaha untuk melakukan revolusi atas nama agama. Fundamentalisme agama pada aspek politik ini memandang bahwa agama adalah relevan terhadap semua ranah budaya dan masyarakat termasuk sistem pemerintahan, kebijakan-kebijakan negara, dan hukum negara.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Fundamentalisme Beragama

Fundamentalisme agama menurut Thouless (2000) dibedakan ke dalam faktor-faktor yang mempengaruhi sikap keagamaan menjadi empat macam, yaitu :

a. Pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial

   Pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial mencakup semua pengaruh sosial dalam perkembangan keagamaan, termasuk pendidikan dari orang tua, tradisi-tradisi sosial, tekanan dari lingkungan sosial untuk menyesuaikan diri dengan berbagai pendapat dan sikap yang disepakati oleh lingkungan itu.

b. Faktor pengalaman

   Faktor pengalaman berkaitan dengan berbagai jenis pengalaman yang membentuk sikap keagamaan. Terutama

pengalaman mengenai keindahan, konflik moral dan pengalaman emosional keagamaan seseorang.

c. Faktor kehidupan

Faktor kehidupan mengarah pada kebutuhan individu, kebutuhan-kebutuhan ini secara garis besar dapat terbagi menjadi empat yaitu kebutuhan akan keamanan atau keselamatan, kebutuhan akan cinta kasih, kebutuhan untuk memperoleh harga diri, dan kebutuhan yang timbul karena adanya ancaman kematian.

d. Faktor intelektual

Faktor intelektual berkaitan dengan berbagai proses penalaran verbal atau rasionalisasi yang dilakukan oleh individu.

Secara lebih spesifik, Moaddel & Karabenick (2008) juga menjelaskan mengenai faktor eksternal yang mempengaruhi fundamentalisme dalam beragama adalah sosialisasi dan sumber pengetahuan dalam bidang agama yang mampu membentuk pandangan dan perilaku seseorang terhadap lingkungan. Sumber pengetahuan tersebut termasuk dari orangtua, *peers*, guru/mentor, pemimpin agama/kyai, dan media. Orang tua, teman sepermainan, guru, maupun pemuka agama dengan perilaku beragama yang sekuler maupun yang fundamental akan memberikan pengaruh terhadap individu tersebut meyakini agama secara sekuler maupun fundamental pula. Sudut pandang media menjelaskan, televisi, surat kabar, internet mampu memberikan bermacam-macam informasi sehingga isu-isu terkait westernisasi, liberalisme, dan lain lain mudah tersebar. Hal ini yang kemudian membuat seorang individu memilih untuk bersikap fundamental dalam upaya menjaga ajaran agamanya agar tidak terreduksi oleh efek negatif dari modernisasi.

Faktor internal dari fundamentalisme bergama belum dapat ditemukan oleh peneliti, sehingga sudut pandang faktor baru dapat dilihat secara eksternal.

Kematangan Beragama

Kematangan beragama membutuhkan penghayatan dan pemahaman ajaran agama dengan baik, serta penerapan nilai-nilai agama yang dianut ke dalam kehidupan sehari-hari (Jalaluddin, 2010). Seseorang yang matang dalam beragama akan menganut agama yang menurut cara pandangnya merupakan yang terbaik dan bukan karena paksaan dari orang lain. Dalam kasus ini agama dijadikan sebagai pedoman hidup, sehingga perilaku seseorang menjadi terarah, terkontrol, dan selaras dengan nilai-nilai moral agama yang dianut. Selain itu, matang dalam beragama juga ditunjukkan dengan sikap menerima perbedaan dengan orang lain, baik yang seagama maupun dengan pemeluk agama lain (Allport, 1976).

Seorang yang matang dalam beragama bukan berarti merasa sudah taat dan benar-benar paham tentang agama yang dianut, akan tetapi sebaliknya. Seseorang akan menyadari keterbatasannya dalam beragama, sehingga selalu berusaha untuk memperbaiki diri, meningkatkan pemahaman dan penghayatan terhadap agama yang dianut. Semua aspek kehidupan menyatu dengan agama dan tidak dapat dipisahkan (Subandi, 1995).

Kematangan beragama ialah keberagamaan yang terbuka pada semua fakta, nilai-nilai, serta memberi arah pada kerangka hidup, baik secara teoritis maupun praktis dengan tetap berpegang teguh pada ajaran agama yang diyakini. Dengan begitu, setiap fakta atau nilai yang ditawarkan oleh lingkungan tidak akan diserapnya

begitu saja, tetapi tetap melalui proses pencernaan makna dan proses penyaringan yang selektif.

Menurut Allport (1953), kematangan beragama adalah watak keberagamaan yang terbentuk melalui pengalaman. Pengalaman-pengalaman itu akan membentuk respon terhadap objek-objek yang berupa konsep dan prinsip-prinsip. Respon ini berbentuk kebiasaan-kebiasaan tertentu, serta penetapan atas prinsip-prinsip yang dianggap penting dan menetap dalam kehidupan dengan agama yang dianutnya dan dilakukan secara sadar. Keberagamaan yang matang pada individu tercermin dari sikap yang muncul dehari-hari. Kemudian sikap tersebut membentuk perilaku dan dapat dinilai

Selain memberikan pengertian kematangan beragama, menurut Allport (dalam C. Daniel Batson dkk, dalam Huroniyah F, 2004) terdapat aspek-aspek yang terkandung dalam kematangan beragama meliputi ; terdiferensiasi dengan baik, dinamis, konsisten, komprehensif-integral dan heuristik.

a. Kemampuan melakukan diferensiasi.

   Individu mempunyai kemampuan melakukan diferensiasi yang baik, sehingga akan bersikap dan berperilaku terhadap agama secara objektif, kritis, reflektif, tidak dogmatis, observatif, dan tidak fanatik secara terbuka. Orang yang matang dalam beragama akan mampu mengharmoniskan rasio dengan dogma, mengobservasi dan mengkritik tanpa meninggalkan ketaatannya. Seseorang yang memiliki kehidupan keagamaan yang terdifferensiasi adalah dia yang mampu menempatkan rasio sebagai salah satu bagian dari kehidupan beragama selain dari segi sosial, spiritual, maupun emosional. Pandangannya tentang agama menjadi lebih kompleks dan realistis (Allport, 1953).

Allport (dalam Wulff, 1991) menjelaskan bahwa individu yang memiliki kemampuan diferensiasi yang baik tampak dari sikap observatif, yaitu mengamati dan memperhatikan ajaran agama dikaitkan dengan fakta. Individu hendaknya bersikap objektif dalam menilai suatu ajaran agama. Pada individu dengan keberagamaan yang matang akan berpikiran terbuka menerima semua fakta dan pemikiran logis, tidak menyempitkan pada dogma (fanatik sempit). Sedangkan pada individu dengan keberagamaan yang tidak matang akan mengembangkan kepuasan diri yang kompulsif, tidak bersifat reflektif, tidak dapat memposisikan dirinya, dan tidak dapat menilai kualitas perilakunya. Pada akhirnya, sifat keberagamaan semacam ini akan menciptakan keterpisahan, ketidakteraturan, dan fanatisme secara sempit.

Seseorang yang tidak mampu membedakan perasaan keagamaannya akan serta merta menerima semua yang didapatkan dari agamanya tanpa pertimbangan ilmu yang mendalam. Semua ajaran agama selalu dianggap selalu benar dan sempurna begitu saja, tanpa ada keinginan untuk menggali informasi lain yang dapat mengokohkan keyakinannya tentang kebenaran ajaran-ajaran agamanya. Jika seseorang tidak menjadikan pengamatan serta refleksi objektifnya sebagai kebiasaan yang harus selalu diutamakan, maka penerimaan terhadap agamanya seringkali akan memunculkan fanatisme buta.

b. Berkarakter dinamis.

Dalam diri individu yang berkarakter dinamis, agama telah mampu mengontrol dan mengarahkan motif-motif dan aktivitasnya. Aktivitas keagamaan yang dilaksanakan semuanya demi kepentingan agama itu sendiri (Subandi, 1995). Karakter dinamis ini di dalamnya meliputi

motivasi intrinsik, otonom, dan independen dalam kehidupan beragama. Kesimpulannya orang yang matang keberagamaannya adalah yang menjadikan agamanya sebagai motivasi intrinsik pada semua segi kehidupannya.

c. Konsistensi moral.

Kematangan beragama ditandai dengan konsistensi individu pada konsekuensi moral yang dimiliki dengan ditandai oleh keselarasan antara tingkah laku dengan nilai moral. Kepercayaan tentang agama yang intens akan mampu mengubah atau mentransformasikan tingkah laku (Allport, 1953). Mereka yang matang dalam beragama akan selalu menyelaraskan antara tingkah laku dengan nilai-nilai moral keagamaan yang dianutnya. Adanya keselarasan antara perilaku dengan nilai moral agama yang diyakini merupakan kesimpulan dari sifat konsistensi moral yang dimiliki seseorang yang matang keberagamaannya.

d. Komprehensif - Integral

Keberagamaan yang komprehensif dapat diartikan sebagai keberagamaan yang luas, universal dan toleran dalam arti mampu menerima perbedaan (Allport, 1953). Shihab (1999) mengatakan bahwa toleransi memang mengandaikan adanya perbedaan yang merupakan hukum dalam kehidupan ini. Kesimpulannya keberagamaan yang matang membuat individu mampu menerima perbedaan pendapat dengan individu yang lain, baik perbedaan agama maupun perbedaan pendapat secara intern dengan orang yang seagama.

Keberagamaan yang matang akan mampu mengintegrasikan atau menyatukan agama dengan segenap aspek lain dalam kehidupan, termasuk ilmu pengetahuan di dalamnya (Subandi, 1995). Asmuni (1996) mengemukakan bahwa

tidak sedikit ayat Al-Qur›an dan hadits yang menganjurkan manusia mengembangkan ilmu pengetahuan serta mengaplikasikan Islam dalam semua segi kehidupan.

Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa individu dapat disebut sebagai individu yang memiliki keberagaman komprehensif-integral apabila mampu memahami dan menerapkan ajaran agama secara menyeluruh dan menyatu. Lebih lanjut lagi, individu juga mampu menyatukan aspek-aspek dalam agama dengan aspek-aspek lain dalam kehidupan sehari-hari.

e. Heuristik.

Ciri heuristik dari kematangan beragama berarti individu akan menyadari keterbatasannya dalam beragama, serta selalu berusaha untuk meningkatkan pemahaman dan penghayatannya dalam beragama (Subandi, 1995). Orang yang matang dalam keberagamaannya, akan selalu sadar dengan keterbatasan dirinya terhadap penerapan nilai-nilai agama dalam kehidupannya, sehingga ia secara aktif akan selalu progresif meningkatkan penghayatan dan pengamalannya di dalam beragama.

Keberagamaan yang matang dari aspek-aspek di atas dapat digambarkan sebagai pola perilaku individu dalam menghayati keyakinan terhadap ajaran agama yang dianut dengan menunjukkan sikap yang objektif, kritis, maju, dan toleran. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 5 aspek kematangan beragama yaitu kemampuan melakukan diferensiasi, berkarakter dinamis, konsistensi moral, komprehensif – integral, dan heuristik.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kematangan Beragama

Kematangan beragama pada seseorang, menurut Michael J. D (dalam Huroniyah 2004) dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor dari dalam diri individu (intern) dan faktor dari luar diri individu (ekstern). Adapun faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu (intern) diantaranya adalah :

1. Usia Perkembangan,

   Kematangan secara fisik dicapai seseorang ketika seluruh pertumbuhan fisik telah selesai. Para ahli jiwa banyak berpendapat kedewasaan secara fisik telah selesai. Menurut Darajat (dalam Huroniyah, 2004) juga disebutkan bahwa para ahli jiwa banyak berpendapat kedewasaan secara fisik ini dicapai saat seseorang telah mencapai usia 21 tahun, secara normal seseorang yang telah mencapai kematangan fisik akan memiliki kematangan psikologis atau rohani, sedangkan kematangan rohani diperoleh saat seseorang mencapai kematangan berfikir, kematangan kepribadian dan kematangan emosi.

2. Pengalaman subjektif keagamaan

   Adanya pengalaman beragama yang dialami seseorang secara individual dapat juga mempengaruhi sikap beragama seseorang. Misalnya ketika seseorang mengalami musibah yang serius dan mengguncang kejiwaan seseorang. Keguncangan jiwa ini yang kemudian menimbulkan kesadaran diri dalam diri seseorang terhadap agama.

Kematangan beragama yang berasal dari faktor luar diri individu (ekstern) diantaranya:

1. Lingkungan

   Adanya kematangan beragama dalam diri individu disebabkan karena adanya pembinaan kehidupan beragama sejak awal dari lingkungan terdekat individu yaitu keluarga. Pembinaan kehidupan beragama ini tidak dapat dilepaskan dari pembinaan kepribadian secara keseluruhan (Darajat dalam Huroniyah 2004). Pengalaman yang dialamii seseorang sejak kecil tidak lepas dari lingkungan tempat individu berkembang. Sehingga kepribadian yang muncul pada individu merupakan cerminan dirinya sejak kecil. Pengalaman keagamaan yang terbentuk semenjak awal kehidupan akan mempengaruhi pembentukan kepribadian yang agamis pula.

2. Kebudayaan

   Kebudayaan memiliki peran dalam mempengaruhi kepribadian dan pola perilaku seseorang, begitu pula terhadap kematangan beragama. Kebudayaan yang menekankan pada nilai-nilai moral yang tidak didasarkan pada nilai-nilai agama akan terus berubah sesuai keadaan, waktu dan tempat (Darajat dalam Huroniyah, 2004).

   Kebudayaan yang menekankan pada norma yang didasarkan kepada nilai-nilai luhur termasuk nilai-nilai dalam agama akan berpengaruh dalam membentuk pola dan sikap kepribadian seseorang. Nilai agama adalah tetap, yang berarti mutlak dan berlaku sepanjang zaman (Drajat dalam Huroniyah 2004), maka orang yang mampu bertahan dengan nilai-nilai luhur berdasarkan agama di tengah banyaknya pengaruh nilai-nilai moral asing akan lebih mudah mencapai kematangan beragama.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kematangan beragama ialah sifat keberagamaan yang terbentuk melalui pengalaman hidup, yang menjadikan individu mampu untuk mempertanyakan, memahami, menghayati dan menerapkan ajaran agama, serta menjadikan agama sebagai pedoman hidup, sehingga tingkah laku didasarkan pada nilai-nilai agama yang dianut. Kematangan beragama ditandai dengan kemampuan diferensiasi yang baik, berkarakter dinamis, konsisten, bersifat komprehensif, integral, dan heuristik.

Seseorang yang memiliki kematangan beragama maka memiliki kehidupan beragama yang ter*differensiasi,* mampu menempatkan rasio sebagai salah satu bagian dari kehidupan beragamanya, selain dari segi emosional, sosial, maupun spiritual. Pandangannya terhadap agama menjadi lebih kompleks dan realistis (Allport, 1953). Sedangkan seseorang yang keberagamaannya tidak matang biasanya memiliki banyak konflik yang ditekan, termasuk di dalam dirinya ada rasa permusuhan, kecemasan, dan prasangka. Hal ini menunjukkan bahwa keberagamaan menjadi sesuatu yang merupakan fanatisme buta, eksklusif, dan berhubungan dengan nilai-nilai yang terpusat pada diri pribadi. Selain itu, seseorang yang tidak mampu membedakan perasaan keagamaannya akan menerima semua yang didapatkan dari agamanya sebagai hal yang selalu benar dan sempurna begitu saja (Allport, 1953).

Kematangan Beragama dan Fundamentalisme:

Bahasan mengenai fundamentalisme dalam beragama belum banyak diteliti. Dari sebagian besar studi dan teori-teori maupun pemberitaan media mengenai fundamentalisme, menyebutkan bahwa pandangan yang kerap muncul yaitu penilaian tentang

fundamentalisme yang cenderung mengarah pada citra tertentu, misalnya ekstrimisme, fanatisme atau bahkan terorisme dalam mewujudkan atau mempertahankan keyakinan keagamaan. Kelompok yang dianggap fundamentalis sering disebut sebagai tidak rasional, tidak moderat dan cenderung melakukan tindakan kekerasan jika perlu (Ratnasari, 2010).

Fundamentalisme Islam dalam penelitian ini mengarah pada keyakinan (*belief*) pada individu yang beragama Islam yang berupaya mengembalikan tatanan kehidupan kepada asas-asas fundamen yaitu Al Qur'an dan As Sunnah dengan aspek Teologis, Filosofis, Sosiologis, Historis dan Politik. Namun demikian fundamentalisme memiliki karakteristik yang bersifat kaku, literal, dan cenderung menolak hal-hal di luar pemahannya sehingga hal ini lah yang dirasa menjadi penghambat dan menjadi kekurangan karena mereka cenderung tidak bisa berkembang menyesuaikan dengan kondisi di lingkungannya.

Fundamentalisme Islam dan kematangan beragama pada dasarnya memiliki misi yang sama, yaitu penghayatan terhadap ajaran agama yang dipercayai. Seorang individu yang fundamental dicirikan memiliki karakteristik dengan melakukan interpretasi literal, menolak pluralisme, memonopoli kebenaran atas dasar agama, dan mengarah pada gerakan yang cenderung fanatisme, eksklusivisme, bahkan radikalisme. Sedangkan orang yang dikatakan matang dalam beragama yaitu ketika sudah memenuhi beberapa indikator berikut antara lain (1) diferensiasi, (2) dinamis, (3) konsistensi moral, (4) komprehensif-integral (5) heuristik. Kelima poin tersebut yang menjadi penilaian untuk melihat kematangan beragama pada individu.

Hal di atas menunjukkan bahwa karakteristik orang fundamentalis tidak sejalan dengan sikap-sikap individu seperti

kemampuan melakukan diferensiasi, berkarakter dinamis, memiliki konsistensi moral, komprehensif dan integral, dan heuristik dimana kesemua hal tersebut merupakan bagian dari aspek-aspek seseorang dapat dikatakan matang dalam beragama. Kematangan dalam beragama merujuk kepada kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang menganut suatu agama karena menurut keyakinanya agama tersebutlah yang terbaik sehingga seseorang berusaha menjadi penganut yang baik pula terhadap agamanya. Keyakinan itu ditampilkan dalam sikap dan tingkah laku keagamaan yang mencerminkan ketaatan terhadap agama.

Kematangan beragama ditinjau dari aspek-aspeknya tidak sejalan dengan prinsip dasar pada kelompok fundamentalisme. Orang yang matang dalam beragama menurut Allport (1953) memiliki kemampuan melakukan diferensiasi yang baik, yaitu menunjukkan sikap dan perilaku terhadap agama secara objektif, kritis, reflektif, tidak dogmatis, observatif, dan tidak fanatik secara terbuka. Berbeda halnya dengan fundamentalisme yang cenderung literal dan *textbook* dalam memahami kitab dan ajarannya agamanya. Pendapat ini diperkuat oleh Hidayah (2008) yang menyebutkan bahwa fundamentalisme melakukan penolakan terhadap hermeneutik. Dalam kata lain, kelompok fundamentalis menolak sikap kritis terhadap teks dan interpretasinya. Teks Al -Qur'an harus di pahami secara literal karena nalar di pandang tidak mampu memberikan interpretasi yang tepat terhadap teks suci ini.

Poin selanjutnya yang membedakan fundamentalisme Islam dengan kematangan beragama yaitu orang yang matang dalam beragama memiliki karakter yang dinamis, dimana individu

yang berkarakter dinamis mampu mengontrol dan mengarahkan motif-motif dan aktivitasnya. Selanjutnya keberagamaan yang matang pada individu juga mengarah pada perilaku yang konsisten terhadap moral. Sedangkan pandangan Allport (dalam Wulff, 1991) mengenai individu dengan keberagamaan yang tidak matang cenderung mengembangkan kepuasan diri yang kompulsif, tidak bersifat reflektif, tidak dapat memposisikan dirinya, dan tidak dapat menilai kualitas perilakunya. Pada akhirnya, sifat keberagamaan semacam ini akan menciptakan keterpisahan, ketidakteraturan, dan fanatisme secara sempit. Sikap fanatisme semacam ini justru sejalan dengan fundamentalisme dan bertolak belakang dengan prinsip keberagamaan yang matang.

Hal lainnya mengenai kematangan beragama merujuk pada sikap yang komprehensif dan integral. Menunjukkan bahwa mereka yang matang dalam beragama akan selalu menyelaraskan antara tingkah laku dengan nilai-nilai moral keagamaan yang dianutnya. Perilaku bergama mengarah pada keberagamaan yang luas, universal dan toleran dalam arti mampu menerima perbedaan. Selain itu keberagamaan yang matang akan mampu mengintegrasikan atau menyatukan agama dengan segenap aspek lain dalam kehidupan.

Berbeda halnya dengan fundamentalisme seperti yang dinyatakan oleh Hidayah (2008) bahwa terdapat prinsip opositionalism (paham perlawanan) dalam fundamentalisme. Faham fundamentalisme dalam agama apapun mengambil bentuk perlawanan yang sering disebut sebagai gerakan radikal. Prinsip ini di ambil untuk menghadapi ancaman yang di pandang membahayakan eksistensi agamanya baik dalam bentuk modernisasi, sekularisasi dan tata nilai barat. Lebih jauh lagi, fundamentalisme Islam melakukan penolakan terhadap

pluralisme dan relativisme. Bagi kelompok fundamentalis, pluralisme merupakan pemahaman yang keliru terhadap teks kitab suci dan dalam upaya menjaga kemurnian ajaran agama agar tidak terkontaminasi dari luar. Pendapat ini diperkuat oleh Altemeyer (dalam Leak & Finken, 2011) dimana fundametalisme banyak dikaitkan dengan berbagai macam prasangka, bahkan terhadap prasangka rasial juga prasangka melawan muslim. Sedangkan prasangka dicirikan dengan sikap curiga dan menolak perbedaan atau bisa disebut sebagai pluralisme. Sehingga kelompok fundamentalis jauh dari prinsip integrasi.

Prinsip terakhir yang juga tidak sejalan dengan keberagamaan yang matang, adalah penolakan terhadap perkembangan historis dan sosiologis. Kelompok fundamentalis berpandangan bahwa perkembangan historis dan sosiologis telah membawa manusia semakin jauh dari doktrin literal kitab suci. Perkembangan masyarakat dalam sejarah di pandang sebagai "*as at shold be*", bukan "*as it is*". Dalam kerangka ini masyarakat harus menyesuaikan perkembangannya kalau perlu dengan kekerasan, dengan kitab suci, bukan malah sebaliknya, atas teks atau penafsirannya yang mengikuti perkembangan masyarakat. Karena itu, kaum fundamentalis juga kerap disebut a – historis dan a – sosiologis.

Berdasarkan karakteristik-karakteristik yang tampak, kelompok fundamentalis pada akhirnya dapat dikatakan sebagai seseorang yang keberagamaannya tidak matang, yang mana biasanya memiliki banyak konflik yang ditekan, termasuk di dalam dirinya ada rasa permusuhan, kecemasan, dan prasangka sesuai dengan pernyataan Altemeyer (dalam Leak & Finken, 2011).

Fundamentalisme Islam dan kematangan beragama pada dasarnya memiliki misi yang sama, yaitu penghayatan terhadap

ajaran agama yang dipercayai. Namun banyak hal prinsipil di luar itu yang berbeda, sehingga kedua hal tersebut lebih cenderung bertolak belakang. Oleh karen itu hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kematangan beragama dengan kecenderungan fundamentalisme Islam pada mahasiswa muslim.

Metode Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang beragama Islam (Muslim). Subjek penelitian diambil dari mahasiswa UGM dengan difokuskan pada cluster MIPA, Agro, dan Sosial Humaniora. Diperoleh subjek sebanyak 146 orang yang setiap subjek diberikan 4 macam skala, yakni ; (1) skala fundamentalisme Islam, (2) skala kematangan beragama. Pada skala fundamentalisme Islam terdiri dari 4 aspek yang diambil dari Hugh Goddard (dalam Hadi, 2007) yakni:

a) Teologis, merujuk pada keyakinan akan kemutlakan kebenaran Kitab Suci mereka secara harfiah (makna leksikal/dasar).
b) Sosiologis, terkait dengan fenomena keanggotaan dalam satu kelompok dimana mereka beranggapan bahwa orang yang ada di luar mereka bukan.
c) Historis, berarti keagamaan konservatif, yaitu berusaha kembali pada asal usul suatu keimanan, menaruh kecurigaan terhadap modernisme.
d) Politik, memandang bahwa agama adalah relevan terhadap semua ranah budaya dan masyarakat termasuk sistem pemerintahan, kebijakan-kebijakan negara, dan hukum negara.

Setelah dilakukan uji reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach*, diperoleh hasil skala fundamentalisme Islam yang teridiri dari 23 butir pernyataan dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,889.

Skala kematangan beragama yang dikembangkan dari skala yang disusun oleh Fuadatul Huroniyah ini meliputi 5 aspek, yaitu:

a) Diferensiasi, yaitu kemampuan melakukan diferensiasi yang baik terhadap ajaran agama dan fakta-fakta yang berkaitan dengan proses kognitif, sehingga indikator perilakunya ialah bersikap dan berperilaku terhadap agama secara objektif, kritis, reflektif, tidak dogmatis, observatif, dan tidak fanatik secara terbuka.

b) Berkarakter dinamis, yaitu mampu mengontrol dan mengarahkan motif-motif dan aktivitasnya. Indikator perilakunya meliputi motivasi intrinsik, otonorn, dan independen dalam kehidupan beragama.

c) Konsistensi moral, yaitu keselarasan antara tingkah laku dengan nilai moral agama yang diyakini merupakan kesimpulan dari sifat konsistensi moral yang dimiliki seseorang yang matang keberagamaannya.

d) Komprehensif – Integral, yaitu keberagamaan yang luas, universal dan toleran dalam arti mampu menerima perbedaan pendapat dengan individu yang lain, baik perbedaan agama maupun perbedaan pendapat secara intern dengan orang yang seagama. Selain itu juga mampu memahami dan menerapkan ajaran agama secara menyeluruh dan menyatu. Lebih lanjut lagi, individu juga mampu menyatukan aspek-aspek dalam agama dengan aspek-aspek lain dalam kehidupan sehari-hari.

e) Heuristik, yaitu menyadari keterbatasannya dalam beragama, serta selalu berusaha untuk meningkatkan pemahaman dan penghayatannya dalam beragama.

Setelah dilakukan uji reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach*, diperoleh hasil skala kematangan beragama memiliki 20 butir pernyataan dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,884.

Hasil Penelitian

Tabel 1 menunjukkan deskripsi partisipan penelitian, sementara Tabel 2 menunjukkan data empiric dibandingan dengan data hipotetik

Tabel 6. *Deskripsi Partisipan Penelitian*

Kategori Kelompok	Keterangan	Jumlah	Presentase (%)	
Jenis Kelamin	Laki-laki	51	35,2	100
	Perempuan	94	64,8	
Usia	23 Tahun	7	4,8	
	22 Tahun	23	15,9	
	21 Tahun	53	36,6	
	20 Tahun	45	31	
	19 Tahun	13	9	
	18 Tahun	4	2,8	

Tabel 2.. *Perbandingan Data Hipotetik dan Data Empirik*

Variabel	Jumlah Subjek	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
		Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Fundamentalisme Islam	145	23	92	57,5	11,5	37	84	62,45	8,204
Kematangan Beragama	145	20	80	50	10	49	91	56,8	4,4

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan program korelasi *Product Moment* dengan bantuan program *SPSS 16.0 for Windows*. Berdasarkan uji korelasi didapatkan bahwa

nilai korelasi sebesar r = 0,492 dengan p = 0,000 ($p<0,01$). Ini berarti bahwa hipotesis penelitian ditolak. Kematangan beragama ternyata memiliki hubungan positif dengan fundamentalisme Islam pada mahasiswa muslim.

Pembahasan

Uji hipotesis yang dilakukan untuk menguji hubungan antara kematangan beragama dan fundamentalisme Islam menunjukkan bahwa hipotesis ditolak. Hubungan ini menjelaskan bahwa semakin tinggi kematangan beragama maka semakin tinggi pula fundamentalisme Islam pada mahasiswa. Asumsi bahwa kematangan beragama berkorelasi negatif dengan fundamentalisme Islam ternyata tidak terbukti. Kenyataan yang didapatkan dari hasil analisis menunjukkan bahwa fundamentalisme Islam sejalan dengan kematangan beragama. Sehinggga semakin tinggi kematangan beragama seseorang maka semakin tinggi pula fundamentalisme Islamnya. Kemampuan prediksi kematangan beragama terhadap fundamentalisme Islam sendiri mencapai 24,2%. Hubungan yang bersifat positif ini dapat dilihat pula dari deskripsi data penelitian yang menunjukkan variabel kematangan beragama dan fundamentalisme Islam dalam kategori positif. Hal ini ditunjukkan dari skor data empirik yang lebih tinggi daripada data hipotetiknya, baik pada variabel kematangan beragama juga pada variabel fundamentalisme Islam. Sebagian besar skor data baik pada variabel kematangan beragama maupun fundamentalisme Islam, memiliki kategorisasi sedang.

Kematangan beragama memiliki sumbangan terhadap fundamentalisme Islam pada diri individu. Sehingga ketika seseorang dengan tingkat kematangan beragama tertentu dapat menentukan fundamentalisme Islam pada individu tersebut.

Dalam kasus ini agama dijadikan sebagai pedoman hidup, sehingga perilaku seseorang menjadi terarah, terkontrol, dan selaras dengan nilai-nilai moral agama yang dianut. Selain itu, matang dalam beragama juga ditunjukkan dengan sikap menerima perbedaan dengan orang lain, baik yang seagama maupun dengan pemeluk agama lain (Allport, 1976).

Untuk memperdalam temuan penelitian ini, penelitia melakukan wawancara dengan salah Ustadz MT:

> *"....secara bahasa fundamental itu kan artinya hal yang sangat mendasar, sehingga jika dikaitkan dengan fundamentalisme Islam,[maka] Islam harus kembali kepada akar dalam arti qur'an dan hadits itu, memang demikian bahwa apabila terjadi perbedaan maka dikembalikan pada Allah dalam arti qur'an dan hadits...."*

Pernyataan ini menunjukkan bahwa memang sudah merupakan ajaran agama bahwa pada dasarnya penghayatan terhadap agama yang benar dan sesuai dengan ajaran agama adalah ketika setiap aspek kehidupan yang dijalani selalu dikembalikan kepada ajaran agama. Sikap fundamentalisme yang cenderung eksklusif juga merupakan upaya proteksi diri untuk menjaga kemurnian ajaran agama. Lebih jauh lagi juga dikatakan bahwa

> *"...dan memang dalam memahami Al Qur'an tidak bisa hanya dipahami secara teksbook, hitam putih, hal ini adalah dasar-dasar dalam Al Qur'an dan hadits harus mengetahui dari aspek historinya, asbabun nuzulnya, asbabul wurudnya, ada konteks-konteks yang harus dilakukan secara universal, berlaku segala masa dan tempat,tapi apabila memahami hanya secara teksbook hal inilah yang menimbulkan gerakan-gerakan ekstrim yang setelah barangkali istilah fundamentalisme ala yang sekarang ini..."*

Pemahaman tekstual dan literal yang merupakan karakter dari kelompok fundamentalis dijelaskan lebih lanjut menjadi sejalan dengan ajaran agama ketika tidak semata-mata hanya

mendalami secara tekstual saja namun juga dengan mengetahui sejarah turunnya Al Qur'an maupun hadits.

Wawancara juga dilakukan dengan Ustdz HD terkait dengan prinsip-prinsip agama dan kehidupan social seorang muslim.

> *"..lakum dinukum waliyadin..implikasinya kita tetap menolong jika ada umat lain yang berkesusahan, menghormati dalam perilaku sehari-hari, namun jika sudah menyangkut persoalan agama ya itu tadi, untukmu agamamu..untukku agamaku.."*
>
> *"Ya....orang yang fundamentalis itu, kehidupan sosialnya juga baik. Sebagaimana yang diajarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah dari Nabi Muhammad SAW bahwa kita menghargai adanya perbedaan namun tetap berpegang teguh pada values-values yang kita yakini. Ini yang namanya orang fundamental, hubungannya dengan Allah SWT bagus, dan hubungan dengan sesama makhluk Allah SWT pun bagus."*

Dalam kedua wawancara tersebut disampaikan bahwa ajaran agama yang berkaitang dengan keberagamaan yang matang dan fundamnetal yaitu agama harus bersifat universal tanpa melepaskan dasar nilai-nilai dalam ajaran agama itu sendiri. Sehingga toleransi dan menghargai agama lain sudah barang tentu menjadi hal yang utama tanpa harus menghilangkan prinsip-prinsip dasar dalam agama. Pendapat ini diperkuat oleh Taylor dan Horgan (dalam Putra dan Wongkoren, 2010), mengenai beberapa pemahaman yang khas dimiliki fundamentalisme Islam yang berkaitan dengan kematangan beragama, yaitu Islam merupakan agama yang universal, ajarannya dapat menjelaskan dan menyelesaikan segala aspek kehidupan.

Seseorang yang memiliki kematangan beragama akan memiliki sifat keberagamaan yang terbentuk melalui pengalaman hidup, yang menjadikan individu mampu untuk mempertanyakan, memahami, menghayati dan menerapkan ajaran agama, serta menjadikan agama sebagai pedoman hidup, sehingga tingkah

laku didasarkan pada nilai-nilai agama yang dianut. Kematangan beragama ditandai dengan kemampuan diferensiasi yang baik, berkarakter dinamis, konsisten, bersifat komprehensif, integral, dan heuristik. Setiap karakter yang muncul pada orang yang matang dalam beragama merujuk dan kembali pada faktor-faktor yang menmbangunnya, yaitu usia perkembangan dan pengalaman keagamaan yang mana dari dua faktor tersebut juga sejalan dengan faktor-faktor yang mendasari fundamentalisme Islam.

Selain itu, seseorang yang tidak mampu membedakan perasaan keagamaannya akan menerima semua yang didapatkan dari agamanya sebagai hal yang selalu benar dan sempurna begitu saja (Allport, 1953). Sehingga dapat disimpulkan bahwa seseorang yang matang tentunya akan lebih selektif dan hati-hati dalam menerima masukan-masukan dan pendapat dari luar. Sejalan dengan hal itu, penjelasan dalam aspek fundamentalisme Islam juga ternyata memiliki arah yang sama dengan penjabaran mengenai kematangan beragama tersebut. Dimana dijelaskan bahwa kelompok Islam fundamentalis menolak pluralisme dan relativisme. Dengan kata lain sikap menolak pluralisme dan relativisme tersebut bukan semata-mata berdasarkan kecurigaan namun karena adanya sikap selektif dan hati-hati terhadap hal-hal yang belum jelas kebenarannya.

Kematangan beragama dengan fundamentalisme Islam yang awalnya diasumsikan sebagai dua hal yang berlawanan ternyata justru sebaliknya. Hal ini dirasa berkaitan dengan adanya faktor budaya dan kerberagamaan yang ada di Indonesia. Di dalam dunia pendidikan studi mengenai fundamentalisme Islam merupakan studi yang masih sempit dan terbatas, hampir sebagian besar teori-teori yang muncul merupakan teori barat yang lebih mengarahkan pada pandangan fundamentalisme beragama secara

umum. Selain itu, fundamentalisme yang diangkat lebih banyak mengarah kepada penilaian istilah fundamentalisme secara negatif.

Pada dasaranya, dalam Islam sendiri tidak ada istilah Fundamentalisme. Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa ustadz dan juga beberapa mahasiswa aktivis organisasi Islam menyebutkan bahwa tidak ada istilah fundamentalisme dalam Islam. Islam adalah satu, *Rahmatan lil'alamin*, rahmat bagi semesta alam. Oleh karenanya, istilah fundamentalisme yang berkonotasi negatif tadi tidak sesuai jika diatributkan untuk Islam karena istilah fundamentalisme dalam Islam sendiri dalam bahasa Arab berarti Al-Ushluhiyah yang berarti kembali kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah (Syuaibi & Kibli, 2004), dan bukan seperti yang diwacanakan dari berbagai teori maupun media massa bahwa fundamentalisme itu berkaitan dengan teror dan radikal.

Kesimpulan & Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kematangan beragama dengan fundamentalisme Islam. Ini berbeda dengan hipotesis yang diajukan bahwa secara teoritik kematangan beragama mempunyai hubungan yang negative dengan fundamentalisme beragama. Perbedaan ini kemungkinan disebabkan perbedaan konsep fundamentalisme yang sebagian besar dikemukakan oleh para ahli dari Barat, yang berbeda dengan konsep fundamentalisme dalam Islam. Dari pembahasan penelitian ini dapat dilihat bahwa di Indonesia terdapat penafsiran istilah fundamentalisme yang diadopsi dari barat dimana tidak sesuai dengan karakter

budaya dan keberagamaan yang ada di Indonesia. Sehingga fundamentalisme yang diartikan lebih mengarah pada hal-hal yang memang tidak sesuai dengan kondisi keberagamaan yang ada di Indonesia maupun prinsip dasar agama Islam sendiri. Hasil analisis yang ditemukan bahwa kematangan beragama dan fundamentalisme Islam berkorelasi positif menjadi masuk akal dan dapat diterima.

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan yang didapatkan, terdapat saran yang bisa diberikan kepada beberapa pihak, yaitu:

1. Bagi Masyarakat / Mahasiswa

   Dari temuan yang dihasilkan oleh peneliti mengenai fundamentalisme Islam, telah teruji bahwa kematangan beragama berperan dalam peningkatan fundamentalisme Islam pada diri individu. Sehingga temuan yang didapatkan dapat dijelaskan bahwa ternyata fundamentalisme Islam bukanlah suatu hal yang negatif seperti yang selama ini diberitakan. Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi baru dan dapat menjadi alasan untuk tidak menilai negatif fundamentalisme Islam.

2. Bagi Psikolog

   Penelitian yang dilakukan ini menunjukkan bahwa kematangan beragama memberikan sumbangan kepada fundamentalisme Islam individu. Dengan demikian kajian mengenai fundamentalisme ini akan lebih baik lagi apabila dikaji lebih dalam untuk mengetahui variabel-variabel psikologis postif lain yang dapat memberikan sumbangan terhadap fundamentalisme Islam. Sehingga pandangan-pandangan negatif mengenai fundamentalisme Islam terutama yang berasal dari barat dapat dibendung.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian berikutnya disarankan dapat meniliti faktor lain baik secara psikologi maupun non-psikologi yang sekiranya memiliki sumbangan terhadap fundamentalisme Islam. Terlebih melihat bahwa kematangan beragama memberikan sumbangan yang tidak lebih dari 50% terhadap fundamentalisme Islam sehingga perlu diteliti lebih lanjut untuk mengetahui faktor lain yang memiliki sumbangan besar terhadap fundamentalisme Islam. Metode penelitian yang lebih detail dengan pendekatan mix methode bisa jadi dapat memberikan data yang lebih terpercaya dan mendalam karena akan ada keterkaitan yang saling mendukung antara metode kuantitatif dengan metode kualitatif dalam penelitian.

Daftar Pustaka

Allport, G. W. 1953. *The Individual and His Religion: A Psychological Interpretation.* New York: The Macmillan Co.

Allport, G.W. (1954). *The nature of prejudice.* Cambridge, MA: Addison-Wesley Publishing Company, Inc.

Altemeyer, B. 2003. Why do religious fundamentalists tend to be prejudiced? *The International Journal for the Psychology of Religion,* 13, 17-28.

Altemeyer, B., and B. Hunsberger. 1992. Authoritarianism, Religious Fundamentalism, Quest, and Prejudice. *International Journal for the Psychology of Religion* 2: 113-33.

Aryani, S. A., Zaini, H., Soehadha, M., Casmini., Sofia, A., Indrayana, P.H., Salehudin A., Wiranto E. B., Asroni, A., dan Ismail, R. (2012). Ketahanan Kepribadian Mahasiswa DIY terhadap Eksklusivisme Keagamaan. *Laporan Hasil Penelitian.* Yogyakarta: Universitas Islan Negeri Sunan Kalijaga.

Asmuni, Y. 1996. *Ilmut Tauhid.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Hadi, M. 2007. Fundamentalisme Islam (Studi Hermeneutika Gerakan Ikhwanul Muslimin). TAPIS, 7 (1).

Hidayah, N (2008). Bentuk Dan Nilai Gerakan Fundamentalisme Islam. *Skripsi*.Surabaya: IAIN Sunan Ampel, Surabaya

Huroniyah, F. 2004. Hubungan antara persepsi pola asuh Islami dengan kematangan beragama dan kontrol diri. *Tesis*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada

Imarah, M. 1999. *Fundamentalisme dalam Perspektif Pemikiran Barat dan Islam*. Jakarta: Gema Insani Press

Jalaluddin. 2010. *Psikologi Agama: Memahami Perilaku Keagamaan dengan Mengaplikasikan Prinsip-prinsip Psikologi, Edisi Revisi.* Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Leak, G. K., & Finken, L. L. (2011). The Relationship Between the Constructs of Religiousness and Prejudice: A Structural Equation Model Analysis. *International Journal for the Psychology of Religion*, 21, 43-62.

Misrawi, Z. 2010. *Al Quran Kitab Toleransi*. Jakarta : Pustaka Oasis.

Nursid, S. 1996. *Manusia dalam Konteks Sosial, Budaya dan Lingkungan Hidup*. Bandung: Alfabeta

Putra, I.E., & Wongkoren, A. Zora. 2010. Konstruksi Skala Fundamentalisme Islam di Indonesia. *Jurnal Psikobuana*. 1(3) 151-161

Rahman, A.M. 2008. Inklusivisme dan persoalan identitas. *Skripsi.* Yogyakarta: UIn Sunan Kalijaga.

Ratnasari, D. 2010. Fundamentalisme Islam. *Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 4 (1): 40-57

Schultz, D. 1991. *Psikologi Pertumbuhan.* Yogyakarta: Kanisius.

Shihab, M. Q. 1999. Wawasan Al-Qur›an Tentang Kebebasan Beragama *Passing Over Melintasi Batus Agama.* Jakarta: Penerbit

PT Gramedia Pustaka Utama Bekerjasama dengan Yayasan Wakaf Paramadina.

Subandi. 1995. Perkembangan Kehidupan Beragama. *Bulletin Psikologi,* 1, 44-49.

Suparno, P. 2000. *Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget.* Yogyakarta: Kanisius

Wulff. 1991. *Psychology of Religion: Classic & Contemporary Views.* New York: John Wiley & Sons.

Zuama, S.N. 2001. Hubungan Antara Kematangan Beragama dengan Kemandirian dan Strategi *Coping* pada Mahasiswa. (Skripsi). Universitas Gadjah Mada.

Komitmen Karyawan pada *Spiritual Company*

Yuthika Jusfayana[1] & Bagus Riyono[2]
[1,2]Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
yuthikajusfayana@gmail.com,
bagusriyono@gmail.com

Pendahuluan

Keterkaitan individu dengan organisasi telah menjadi topik utama yang terus berkembang mulai tahun 90an hingga saat ini. Keterkaitan individu dengan organisasi adalah topik yang relevan dalam semua bidang yang memperkerjakan individu dan muncul dalam beberapa istilah penelitian seperti *attendance, absenteism,* komitmen, loyalti dan *turnover.* Topik ini terus mengalami peningkatan literatur yang salah satunya disebabkan keterkaitan karyawan dengan organisasi terus mengalami penurunan setiap tahunnya (Mowday, 1982).

Keterikatan individu telah menjadi masalah yang mendapat perhatian dalam setiap organisasi. Laporan survey CIPD (*Chartered Institute of Personnel and Development) Absence management* (2016) menunjukkan bahwa lebih dari seperempat jumlah responden dari 1000 tenaga profesional HR (*Human*

Resource) menyatakan perhatian pada keterikatan karyawan termasuk dalam tiga besar prioritas utama dalam manajemen mereka. Laporan ini menyebutkan prioritas tertinggi adalah pada rekrutmen sebanyak 40% responden, *engagement* sebanyak 37% dan *retention* sebanyak 33%. Hal ini disebabkan karena organisasi mengalami beberapa kerugian dalam hal keterikatan dengan karyawan. Sebuah perusahaan retail menyebutkan bahwa *turnover* dapat menyebabkan kerugian sebanyak 40% dari jumlah total keuntungan yang didapatkan selama setahun (Frank, t.t). *Turnover* yang tinggi juga dapat membuat ketidakstabilan dalam perusahaan yang disebabkan perekrutan dan pelatihan karyawan baru, beban pekerjaan yang berlebih bagi karyawan yang bertahan dan *company culture* yang tidak dipahami seluruh karyawan. Hal ini akan menyebabkan produktivitas kerja yang terhambat dan kepuasan kerja yang menurun (JobStreet Indonesia, 2015).

Berdasarkan laporan penelitian sebelumnya keterikatan individu (komitmen) menjadi masalah penting yang harus diperhatikan dalam organisasi. Selain mencegah dampak negatif yang ditimbulkan, komitmen karyawan dapat membawa beberapa dampak positif bagi organisasi. Pada jurnal Irefin dan Mechanic (2014) komitmen karyawan yang tinggi pada perusahaan Coca-cola dapat meningkatkan kinerja karyawan dalam pekerjaannya. Komitmen karyawan pada perusahaan Coca-cola didapatkan dengan memilih karyawan yang memiliki nilai dan tujuan yang sama dengan perusahaan.

Jurnal Chawla dan Guda (2010) menyatakan bahwa komitmen karyawan dipengaruhi oleh identitas spiritual (*inner life)* yang terekspresikan dalam memberikan makna terhadap pekerjaan dan rasa kepemilikan kepada perusahaan serta dapat mengurangi keinginan untuk meninggalkan organisasi.

Dalam beberapa penelitian, komitmen dipengaruhi oleh spiritualitas. Penelitian Milliman, J., Czaplewski, J. A., dan Ferguson, C. J. (2003) . (2003), Hayati dan Caniago (2012), dan Salahudinap, S. N., Baharuddina, S. S., dan Safizal, M. (2016) menunjukkan bahwa spiritualitas meningkatkan komitmen karyawan. Dalam penelitian Hayati dan Caniago (2012) spiritualitas meningkatkan motivasi intrinsik berupa perasaan menyenangkan ketika karyawan bekerja.

Spiritual *values* akan membuat pekerjaan seseorang semakin bermakna. Dalam penelitian Krishnakumar dan Neck (2012), spiritualitas meningkatkan komitmen pekerja dengan mengurangi masalah-masalah psikologis yang melanda pekerja seperti dehumanisasi pekerja, perlakuan yang tidak pantas pada pekerja dan stres pada pekerja. Spiritualitas yang tinggi juga akan membuat karyawan memiliki ikatan kepercayaan yang kuat pada perusahaan.

Spiritualitas pun menjadi fenomena dalam bisnis dan perusahaan (Neal, 2013). Dalam dunia manajemen mulai bermunculan tren yang fokus pada kesejahteraan karyawan contohnya yaitu beberapa perusahaan mulai membuat fasilitas yang bertujuan agar karyawan merasa nyaman berada di kantor, seperti ruang laktasi, *lounge*, acara-acara perayaan dan ruang-ruang untuk bersosialisasi. Sisi spiritualisme dibutuhkan bagi para pekerja untuk menghadapi tekanan-tekanan pekerjaan (Neal, 2013; Putra, 2015).

Hal ini menimbulkan pertanyaan peneliti apakah manajemen spiritualitas memiliki dampak positif dalam manajemen sumber daya manusia, khususnya berperan dalam meningkatkan rasa kepemilikan terhadap organisasi sehingga memiliki perasaan untuk tetap bekerja pada Pamella Swalayan.

Metode

Subjek adalah perusahaan yang memenuhi kriteria sebagai ciri *spiritual company*. Subjek penelitian ini adalah karyawan Pamella di Yogyakarta. Pamella swalayan memiliki tata nilai manajemen Islam berdasarkan Ahmad &Fontaine (2011). Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuisioner kepada 452 karyawan pamella dari total jumlah karyawan Pamella sebanyak 512 orang. Kuesioner yang kembali sebanyak 255.

Pada tanggal 16 Februari 2017, peneliti meminta izin Pamella Swalayan untuk mengambil data di outlet. Peneliti mengambil data pada enam outlet yang masing-masing bertempat di Pamella Satu Jl. Kusumanegara no 141, Pamella Dua Jl. Pandeyan No 16, Pamella Tiga Jl. Wonocatur no 28, Pamella Empat Jl. Pramuka no 84, Pamella Enam, Pamella Tujuh, dan Pamella Delapan. Jumlah penyebaran kuesioner sebanyak 300. Jumlah populasi sebesar 512, ukuran sampel ditentukan dengan rumus Slovin yaitu = 224.56 Jumlah sampel sebesar 225 responden. Dengan demikian, jumlah sampel telah memenuhi persyaratan.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan SPSS, maka hasil skala spiritualitas dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,806 dan koefisien reliabilitas skala Komitmen sebesar 0,693 sudah cukup memuaskan. Dengan demikian maka kualitas instrumen telah memenuhi syarat untuk memenuhi uji hipotesis.

Variabel penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Subjek penelitian ini adalah karyawan Pamella di Yogyakarta. Pamella swalayan memiliki tata nilai manajemen Islam berdasarkan Ahmad &Fontaine (2011). Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuisioner kepada 452 karyawan pamella dari total jumlah karyawan Pamella sebanyak 512 orang. Kuesioner yang kembali sebanyak 255.

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan metode *summated ratings.* Metode ini berorientasi pada respon subjek dengan dasar pemikiran bahwa subjek adalah orang yang paling tahu atas diri sendiri, sehingga apa yang dinyatakan oleh subjek memang yang paling sesuai dengan keadaan subjek yang sebenarnya (Azwar, 2012).

Pengumpulan data dengan menggunakan metode skala berupa kumpulan pernyataan-pernyataan yang harus dijawab oleh subyek penelitian.

1. Skala Spiritualitas Islam

Skala spiritualitas Islam adalah skala spiritualitas milik Riyono (2012) yang terdiri dari empat dimensi yaitu *virtues, self, others,* dan *materials. Virtues* yaitu prinsip-prinsip atau nilai-nilai luhur. *Virtues* adalah pegangan hidup manusia yang berasal dari Tuhan .(Riyono, 2012)

Tabel 1. *Sebaran Dimensi Spiritualitas Islam*

No	Dimensi Spiritualitas Islam	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
4	Virtues	31,32,33,34,35,36, 37,38,39,40	10

2. Skala Komitmen Karyawan

Skala komitmen organisasi adalah skala komitmen milik Meyer & Allen (1991). Kuesioner komitmen terdiri dari enam butir dengan skala yang telah ditetapkan dimulai dari sangat tidak setuju sampai setuju. Komitmen normatif yaitu ikatan organisasi karena adanya rasa kewajiban dan tanggung jawab terhadap organisasi.

Tabel 2. *Sebaran Aspek Aitem Komitmen*

No	Aspek Komitmen Organisasi	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
1	Komitmen Normatif	7,8,9,10,11	5

Metode pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment Pearson* untuk menguji korelasi antara dua variabel. Signifikansi untuk mengetahui ada tidaknya hubungan dua variabel penelitian. Nilai koefisien korelasi untuk mengetahui seberapa besar hubungan kedua variabel. Pengujian hipotesis untuk melihat hubungan dua variabel dengan melihat nilai koefisien korelasi. Pengujian hipotesis dalam penelitian menggunakan IBM SPSS 16 for windows.

Hasil

Masing-masing dimensi skala memiliki nilai rentang minimum yang berbeda. Luas jarak sebarannya adalah 50-10= 40. Dengan demikian, mean hipotetiknya adalah ½(5+1) 10= 30 dan untuk deviasi standarnya 1/6 (50-10)= 6.67.

Tabel 3. *Deskripsi Data Hasil Penelitian*

Skor Hipotetik				Skor Empirik			
Skor total max	Skor total min	Mean	SD	Skor max	Skor min	Mean	SD
50	10	30	6.6	50	21	42,6	4,5

Analisis skor empirik menggunakan SPSS sehingga di dapatkan *mean* empirik sebesar 42,6 dan standar deviasi sebesar 4,5. Hasil perbandingan *mean* empirik (x = 42,6) lebih besar dari *mean* hipotetik (µ = 30). Hal ini menunjukkan bahwa skor spiritualitas subjek tergolong tinggi. Hasil perbandingan deviasi

standar hipotetk (σ = 6,6) lebih tinggi daripada deviasi standar empirik (s = 4,5). Hal ini menunjukkan bahwa skor spiritualitas subjek memiliki variasi yang rendah sehingga skor subjek memiliki keseragaman.

Skala komitmen normatif memiliki jumlah total lima aitem namun aitem digugurkan satu sehingga tersisa empat aitem . Skala yang masuk Skala memiliki nilai Rentang minimumnya adalah 1x8= 8 dan rentang maksimumnya adalah 5x8= 40. Luas jarak sebarannya adalah 40 – 8= 32. Dengan demikian, mean hipotetiknya adalah 1/2(5+1) 8 = 24 dan untuk deviasi standarnya adalah 1/6(40-8) = 5,33.

Tabel 4. *Deskripsi Data Hasil Skala Komitmen*

Skor Hipotetik				Skor Empirik			
Skor total max	Skor total min	M	SD	Xmax	Xmin	M	SD
40	8	24	5,33	52	11	26,75	4,98

Analisis data menunjukan bahwa skor *mean* empirik (x : 26,75) lebih tinggi dari skor *mean* hipotetik (μ : 24). Hal ini menunjukkan bahwa skor komitmen subjek cukup tinggi. Standar deviasi empirik (s: 4,98) subjek berada dibawah skor hipotetik (σ: 5,33). Hal ini menunjukkan bahwa skor subjek memiliki kemiripan atau keseragaman karena varians yang rendah.

Analisis uji korelasi menggunakan analisis korelasi product moment Pearson. Hasil analisis pearson menunjukkan bahwa nilai signifikansi $p = 0{,}01$ ($p < 0{,}05$) dengan $r = 0{,}172$. Hal ini menunjukkan hubungan positif antara spiritualitas dengan

komitmen karyawan. Hal ini menunjukkan bila spiritualitas tinggi maka komitmen karyawan akan semakin tinggi dan bila spiritualitas rendah maka komitmen karyawan akan semakin rendah. Dengan demikian hasil sesuai dengan hipotesis.

Tabel 5. *Deskripsi Data Korelasi*

Variabel	Signifikansi	R	Keterangan
Spiritualitas -Komitmen	0,014	0,194	Berkorelasi Positif

Diskusi

Hasil analisis data menunjukkan korelasi positif antara spiritualitas dengan komitmen normatif. Koefisien korelasi sebesar r= 0.194. Hal ini menunjukkan sumbangan efektif spiritualitas kepada komitmen sebanyak 19,4 %. Dalam hal ini spiritualitas menjadi salah satu faktor yang memiliki dampak terhadap komitmen. Hal ini sejalan dengan penelitian Hashim (2010) bahwa spiritualitas dalam menjalankan manajemen organisasi memiliki korelasi yang cukup signifikan terhadap komitmen pekerja.

Dalam teori *anchor*, kedekatan dengan Allah adalah spiritualitas tertinggi. Spiritualitas dengan Allah akan membuat kestabilan dalam hidup seseorang. Kestabilan tersebut akan menjaga seseorang dari berbagai masalah dan ketidakpuasan yang dialaminya di organisasi. Hal ini berarti nilai-nilai perusahaan memiliki peran penting dalam mempengaruhi komitmen seorang karyawan dalam bekerja. Bila perusahaan mengganggu nilai-nilai spiritualitas pekerja seperti kebijakan yang mengganggu lingkungan atau mengurangi pemaknaan dalam bekerja maka akan berakibat pada menurunnya komitmen afektif dan normatif karyawan (Rego, 2008).

Suatu perusahaan tidak bisa memisahkan nilai-nilai spiritualitas dalam kebijakan manajemennya karena berhubungan dengan pengalaman personal pekerja yang paling dalam meskipun setiap orang memiliki spiritualitas yang berbeda-beda (Rego, 2008). Seorang pekerja menyukai melaksanakan pekerjaan yang bermakna, berharap orang lain menghormati nilai-nilai kehidupannya, memiliki keinginan untuk bekerja dalam organisasi yang mengizinkan mereka mengekspresikan spiritualitas dan memuaskan kebutuhan spiritual. Seseorang yang bekerja dengan melibatkan berbagai aspek dirinya (fisik, mental, emosional dan spiritual) pada organisasi akan merasakan bahwa mereka mengembangkan seluruh potensinya, secara normatif terikat pada organisasi dan menganggap bahwa pekerjaan lebih dari sekedar pekerjaan. (Rego, 2008).

Virtues adalah nilai-nilai yang dianut oleh pekerja ketika melakukan aktivitasnya seperti bekerja adalah bagian dari beribadah kepada Allah, bekerja untuk mencari keberkahan meskipun pekerja tidak terlalu menikmati pekerjaan tersebut. *Virtues* memiliki keterkaitan dengan komitmen normatif karena pekerja merasakan adanya tanggung jawab etika dan moral sesuai dengan nilai-nilai bekerja pada Islam.

Penelitian ini memiliki keterbatasan berupa minimnya data demografi subjek karena subjek tidak mengisi data identitas secara lengkap. Data lama bekerja pada Pamella juga tidak disertakan dalam identitas sehingga tidak diketahui durasi waktu subjek bekerja di Pamella.

Kesimpulan

Spiritualitas Islam dengan komitmen karyawan memiliki hubungan positif yang signifikan. Hal ini disebabkan seseorang

yang memiliki spiritualitas yang tinggi akan memiliki kestabilan dalam hidupnya, termasuk dalam hal pekerjaan.. Bila karyawan telah memiliki spiritualitas Islam yang tinggi perusahaan harus menjaga iklim spiritualitas itu tetap terjaga dengan tetap teguh memegang nilai-nilai manajemen yang Islami karena bila nilai-nilai perusahaan yang dianut berbeda dengan karyawan maka akan menyebabkan *turnover*.

Saran

Perusahaan hendaknya konsisten menanamkan nilai-nilai spiritualitas dalam manajemen maupun kepemimpinan. Dalam manajemen hendaknya memperhatikan keadilan tunjangan maupun perlakuan bagi para karyawan. Selain spiritualitas, perusahaan juga dapat meningkatkan komitmen dengan kompensasi ekstrinsik. Bagi penelitian selanjutnya hendaknya menyertakan komitmen *continuance* sebagai faktor komitmen yang mempengaruhi karyawan *spiritual company*. Hal ini untuk memberi temuan baru tentang faktor-faktor yang mempengaruhi komitmen karyawan dalam perusahaan yang memakai nilai-nilai spiritualitas.

Bagi perusahaan yang menanamkan nilai-nilai spiritualitas Islam hendaknya juga menjunjung etika Islam berupa keadilan bagi para pekerja menyangkut gaji, hari libur, dan kepribadian seorang pemimpin berupa *spiritual leadership* yang memenuhi kebutuhan pekerja berupa *feedback* dan *reward*.

Daftar Pustaka

Absence management. (2016). London: Chartered Institute of Personnel and Development (CIPD).

Ahmad, S., & Owoyemi, M. Y. (2012). The concept of islamic work ethic: An analysis of some salient points in the prophetic tradition. *International Journal of Business and Social Science,* 116-123.

Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas* (ed.4). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bagaimana mengurangi tingginya turnover karyawan. (2015). JobStreet Indonesia. Dipetik dari https://www.jobstreet.co.id/career-resources/bagaimana-mengurangi-tingginya-turnover-karyawan tanggal 19 September 19 2017.

Chawla, V., & Guda, S. (2010). Individual spirituality at work and its relationship with job satisfaction, propensity to leave and job commitment: An exploratory study among sales professionals. *Journal of Human Values*, 157-167.

Frank, B. (t.t). *New ideas for retaining store-level employees.* Atlanta: Coca-cola Retailing Research Council.

Hayati, K., & Caniago, I. (2012). Islamic work ethic: The role of intrinsic motivation, job satisfaction, organizational commitment and job performance. *Procedia - Social and Behavioral Sciences,* 272 - 277.

Irefin, P., & Mechanic, M. A. (2014). Effect of employee commitment on organizational performance in coca cola nigeria limited maiduguri, Borno State. *IOSR Journal of Humanities and Social Science (IOSR-JHSS),* 33-41.

Hashim, J. (2010). Human resource management practices on organisational commitment: The Islamic Perspective. *Personnel Review,* 785-799. doi: 10.1108/00483481011075611

Krishnakumar, S., & Neck, C. P. (2002). The “what”, “why” and “ how” of spirituality in the workplace. *Journal of Managerial Psychology,* 153-161.

Meyer, J., & Allen, N. (1991). A three component conceptualization of organizational commitment. *Human Resource Management,* 61-89.

Milliman, J., Czaplewski, J. A., & Ferguson, C. J. (2003). Workplace spirituality and employee work. attitudes: An exploratory empirical assessment. *Journal of Organizational Change Management,* 426-447.

Mowday, R. T. (1982). *Employee-organization linkages: An introduction.* Dalam p. warr (ed), *employee-organization linkages the psychology of commitment, absenteeism and turnover.* London: Academic Press.

Neal, J. (2013). *Basic issues in faith and spirituality in the workplace. Dalam Neal, J (Ed.), handbook of spirituality in the workplace: emerging research and practice.* New York: Science+Bussiness Media.

Rego, A., & Cunha, M. P. (2008). Workplace spirituality and organizational commitment: An empirical study. *Journal of Organizational Change Management,* 53-75.

Riyono, B. (2012). *Motivasi dengan perspektif psikologi Islam.* Yogyakarta: Quality Publishing.

Salahudinap, S. N., Baharuddina, S. S., & Safizal, M. (2016). The effect of islamic work ethics on organizational commitment. *Procedia Economics and Finance,* 582 – 590.